



# d'I n f l u e n z a

P a n d e m i c / P a n d é m i e

Information  
for Health  
Professionals

Renseignements à  
l'intention des pro-  
fessionnels de la santé

# Pandemic/Pandémie d'Influenza



Health professionals in Canada are facing tough questions from the public about human flu, avian flu and the possibility of an influenza pandemic. The following information can help you answer some of the most frequently asked questions from your clients.

Les professionnels de la santé au Canada doivent répondre à de difficiles questions du public concernant la grippe humaine, la grippe aviaire et la possibilité d'une pandémie de grippe. Les renseignements qui suivent peuvent vous aider à répondre à certaines des questions les plus fréquemment posées par vos clients.

---

Information  
for Health  
Professionals

Renseignements à  
l'intention des pro-  
fessionnels de la santé

# Influenza

Pandemic

## Am I at risk of contracting bird flu?

The risk to Canadians is extremely low at present. Influenza viruses have circulated in birds for centuries and rarely infect humans. Scientists are currently monitoring the influenza strain H5N1 that has infected large poultry populations and a limited number of humans in some countries. This strain, which is highly pathogenic (deadly) to birds, has not been identified in Canada. For persons planning on travel to avian influenza affected countries, there are some basic personal hygiene and food hygiene practices to minimize the risk of contracting avian influenza.

## I'm travelling to a region where bird flu has been identified. What precautions should I take?

- Get an annual flu shot.
- Avoid contact with domestic poultry and wild birds. In particular, avoid handling dead or sick birds.
- Do not consume undercooked or raw poultry dishes, including eggs and egg products.
- Follow safe food storage, handling and preparation procedures, including frequent and thorough hand washing.

If you become sick or feel unwell when you get back to Canada, tell your doctor and be sure to mention that you have recently travelled outside of Canada. For current health information for travel outside Canada, please visit [www.TravelHealth.gc.ca](http://www.TravelHealth.gc.ca).

## Is there a vaccine available for protection from a pandemic influenza?

While several countries, including Canada, are working on a prototype vaccine against the current Asian strain of H5N1, a pandemic vaccine cannot be produced until a new influenza strain emerges. Once a new strain of influenza is identified, it would take approximately six months to develop and produce a new vaccine.

## What about antivirals? Should I be buying them in case of a pandemic?

At this time, there is not enough evidence to recommend that individuals purchase their own supplies of antivirals. As well, while this type of medication may help lessen the severity of seasonal flu if taken early on, no one can be certain how effective antivirals would be against a new strain of influenza. And if they are wrongly or widely used, a new flu virus could quickly become resistant to them.

## Will the annual flu shot protect me from contracting bird flu?

No. The annual influenza vaccine includes the influenza strains expected to be in circulation during that year's flu season. While annual immunization is the most effective way to avoid getting seasonal flu, it will not provide protection against the H5N1 Asian strain or other types of avian influenza and it will not protect against a new influenza strain that emerges to create a pandemic.

## What should I do to prepare for an influenza pandemic?

Influenza is spread when infected people cough or sneeze droplets into the air. You can reduce the risk of catching or spreading influenza by practicing basic hygiene:

- Wash your hands regularly with warm, soapy water for at least 20 seconds, especially before and after eating, after going to the bathroom, after coughing and sneezing and after touching surfaces that may have been contaminated.
- Cough and sneeze into a tissue or your sleeve to avoid spreading the virus through infected droplets or contaminating your hands with the virus.
- Throw away used tissues promptly.
- Frequently clean and then disinfect household surfaces such as door handles and light switches that may have been contaminated.
- Encourage all members of your household, especially children, to follow these practices.
- If you do get the flu, stay at home and rest until you are feeling better.

For additional information, visit us at: [www.influenza.gc.ca](http://www.influenza.gc.ca)  
or call our toll free number: 1-800-454-8302

# d'Influenza

## Suis-je à risque de contracter la grippe aviaire?

À ce jour, le risque pour les Canadiens est extrêmement faible. Les virus de l'influenza circulent chez les oiseaux depuis des siècles et ils ont rarement infecté des humains. Les scientifiques surveillent actuellement la souche d'influenza H5N1 qui a infecté de grandes populations de volailles et un nombre restreint d'humains dans certains pays. Cette souche, qui est très pathogène (mortelle) pour les oiseaux, n'a pas été identifiée au Canada. Les voyageurs qui prévoient se rendre dans des pays affectés par l'influenza aviaire, devraient suivre certaines pratiques de base d'hygiène personnelle et de salubrité alimentaire, afin de minimiser le risque de contracter l'influenza aviaire.

## Je m'en vais dans une région où l'on a identifié la présence d'influenza aviaire. Quelles précautions dois-je prendre?

- Faites-vous vacciner annuellement contre la grippe.
- Évitez tout contact avec de la volaille domestique et des oiseaux sauvages. Évitez tout particulièrement de manipuler des oiseaux malades ou morts.
- Ne consommez pas de plats de volaille insuffisamment cuits ou crus, y compris les oeufs et les produits à base d'oeufs
- Suivez les précautions habituelles en ce qui concerne l'entreposage, la manipulation et la préparation des aliments, notamment le lavage complet et fréquent des mains.

## If you become sick or feel unwell when you get back to Canada,

Si vous tombez malade ou vous ne vous sentez pas bien à votre retour au Canada, informez votre médecin de votre récent voyage hors du pays. Les voyageurs internationaux peuvent obtenir des conseils de santé à jour au site Web [www.SanteVoyage.gc.ca](http://www.SanteVoyage.gc.ca).

## Existe-t-il un vaccin pour se protéger de l'influenza pandémique?

Plusieurs pays, dont le Canada, travaillent à concevoir un prototype de vaccin contre la souche asiatique actuelle H5N1. Toutefois, il est impossible de produire un vaccin contre l'influenza pandémique avant l'apparition de la nouvelle souche d'influenza. Une fois cette nouvelle souche identifiée, cela prendra environ six mois à développer et produire un nouveau vaccin.

## Qu'en est-il des antiviraux? Devrais-je en acheter en cas de pandémie?

À ce jour, les preuves ne sont pas suffisantes pour recommander aux gens d'acheter leurs propres réserves d'antiviraux. De plus, bien que ce type de médicament puisse aider à atténuer la gravité de la grippe saisonnière si on l'utilise assez tôt, personne ne peut garantir l'efficacité de ces antiviraux contre une nouvelle souche d'influenza. Et si les antiviraux sont utilisés de façon abusive ou à grande échelle, un nouveau virus de grippe pourrait rapidement devenir résistant à ces médicaments.

## Le vaccin annuel contre la grippe me protégera-t-il de la grippe aviaire?

Non. Le vaccin antigrippal annuel comprend les souches d'influenza que l'on s'attend à voir en circulation pendant cette saison de la grippe. Bien que le vaccin annuel soit la façon la plus efficace de ne pas contracter la grippe saisonnière, il n'offre pas de protection contre la souche asiatique H5N1 ou les autres types d'influenza aviaire, ni contre une nouvelle souche d'influenza qui causerait une pandémie.

## Que devrais-je faire pour me préparer à une pandémie d'influenza?

L'influenza se propage lorsque les personnes infectées toussent ou éternuent et que des gouttelettes sont projetées dans l'air. Vous pouvez réduire le risque de contracter ou de transmettre l'influenza en suivant ces mesures d'hygiène de base :

- Lavez-vous les mains fréquemment avec de l'eau chaude et savonneuse pendant au moins 20 secondes, surtout avant et après avoir mangé, après avoir été à la toilette, après avoir toussé et éternué et après avoir touché des surfaces pouvant être contaminées.
- Toussez et éternuez dans un mouchoir ou dans votre manche pour éviter de propager le virus par les gouttelettes infectées et de contaminer vos mains avec le virus.
- Jetez dès que possible les mouchoirs souillés.
- Nettoyez et désinfectez fréquemment les surfaces ménagères comme les poignées de porte et les interrupteurs qui pourraient être contaminés.
- Encouragez tous les membres de votre foyer, surtout les enfants, à suivre ces mesures.
- Si vous contractez la grippe, restez à la maison jusqu'à ce que vous soyez guéri.

Pour obtenir de plus amples renseignements, visitez le site Web [www.influenza.gc.ca](http://www.influenza.gc.ca) ou appelez sans frais au 1-800-454-8302

Public Health Agency of Canada  
Agence de Santé publique du Canada  
130 rue Colonel By Road  
Ottawa, ON K1A 0K9

*[www.influenza.gc.ca](http://www.influenza.gc.ca)*  
*1 800 454-8302*