

# H1N1 – Mythes et réalités

Vous croulez sous l'avalanche d'information qui circule au sujet de la pandémie de grippe « porcine » H1N1 ? Votre pharmacien peut vous aider à démêler le vrai du faux. Les faits qui suivent vous permettront d'obtenir de l'information juste, mais si vous avez toujours des questions au sujet de la grippe H1N1, adressez-vous à votre pharmacien.

**Mythe 1 : Le port d'un masque chirurgical dans les lieux publics est une mesure préventive des plus efficaces pour ne pas contracter le virus de la grippe H1N1.**

**Faits :** Règle générale, le port du masque ne procure peu — voire pas — de protection contre le virus. Au contraire, il peut même accroître le risque de contamination s'il n'est pas utilisé correctement.<sup>1</sup> Si vous présentez des symptômes de la grippe ou prenez soin d'une personne infectée par la grippe H1N1, vous pouvez porter un masque chirurgical, mais vous devez absolument comprendre comment l'utiliser correctement.<sup>2</sup> Vous pouvez demander au pharmacien comment acheter et utiliser un masque. Il est aussi recommandé de se protéger les yeux pour donner des soins à un malade. Les meilleures façons de prévenir la grippe sont des plus simples, par exemple lavez-vous les mains souvent ou nettoyez-les avec un désinfectant pour les mains à base d'alcool.

**Mythe 2 : En cas de pandémie, aucune mesure ne peut empêcher le virus de se répandre.**

**Faits :** On parle de « pandémie » quand de nombreux pays sont touchés et que le virus se transmet rapidement entre les êtres humains. L'Organisation mondiale de la santé a officiellement déclaré qu'il s'agissait d'une pandémie, mais il faut noter qu'une pandémie peut être bénigne, modérée ou grave. À l'heure actuelle, la grippe H1N1 est considérée comme une pandémie modérée.<sup>3</sup> Les organismes de santé publique et les experts en la matière donnent des conseils clairs et simples pour prévenir la propagation : se laver les mains fréquemment, éviter tout contact avec les personnes infectées ou souffrantes (se tenir à une distance d'environ deux mètres) et ne pas approcher ses mains de son nez, de sa bouche et de ses yeux.

**Mythe 3 : Il est facile de faire la différence entre un rhume, la grippe saisonnière et la grippe H1N1.**

**Faits :** Il n'est pas facile de distinguer la grippe saisonnière de la grippe H1N1. Les deux présentent des symptômes similaires : toux, fièvre, maux de gorge, écoulement nasal, maux de tête et douleurs musculaires. Certaines personnes atteintes de la grippe H1N1 ont aussi eu des vomissements et la diarrhée.<sup>4</sup> Les symptômes du rhume sont habituellement légèrement différents. Ils se caractérisent par la congestion nasale et s'accompagnent rarement de poussées de fièvre.

**Mythe 4 : Il n'y aura pas assez de vaccins contre la grippe H1N1 pour protéger tous les Canadiens.**

**Faits :** Le gouvernement du Canada a prévu l'achat de 50,4 millions de doses de vaccins contre la grippe H1N1. Le gouvernement a conclu un contrat de longue date avec la société pharmaceutique GlaxoSmithKline pour que tous les besoins du Canada en vaccins puissent être satisfaits en cas de pandémie.<sup>5</sup> Le vaccin n'est pas encore disponible, mais l'Agence de la santé publique du Canada estime que la vaccination pourra commencer sous peu. Le vaccin contre la grippe saisonnière ne protège pas contre la grippe H1N1.

**Mythe 5 :** Après la rentrée scolaire, si un enfant est atteint de la grippe H1N1 à l'école de ma fille ou de mon fils, l'école fermera.

**Faits :** L'Agence de la santé publique du Canada recommande de ne pas fermer les écoles pour le moment, car une telle solution n'est pas jugée efficace pour stopper la propagation du virus.<sup>6</sup> Pour éviter que le virus se répande, il importe avant tout de déceler les enfants et les membres du personnel qui sont atteints ou ont des symptômes propres au virus H1N1, d'informer tous ceux qui éprouvent des symptômes du virus de rester à la maison, de tousser et d'éternuer dans le creux du coude ou dans un papier-mouchoir et de se laver les mains très souvent.

**Mythe 6 :** Le virus de la grippe H1N1 frappe tous les gens de la même façon, peu importe leur tranche d'âges.

**Faits :** Plusieurs groupes d'âge semblent plus vulnérables. Tout porte à croire que les adolescents et les jeunes adultes, ainsi que les femmes enceintes présenteraient un risque plus élevé et seraient plus susceptibles d'être infectés par le virus. Les personnes atteintes d'une maladie sous-jacente comme le diabète ou l'asthme et les collectivités des Premières Nations sont davantage à risque.<sup>7</sup>

**Mythe 7 :** Je peux contracter la grippe « porcine » H1N1 si je mange du porc.

**Faits :** Il est impossible de contracter la grippe H1N1 en mangeant du porc.<sup>8</sup> Il importe toutefois de bien faire cuire la viande pour réduire les risques de maladie d'origine alimentaire.

**Mythe 8 :** Un diagnostic de grippe H1N1 est catastrophique, car aucun traitement n'existe et rares sont ceux qui s'en remettent.

**Faits :** La majorité des gens infectés par le virus H1N1 se rétablissent complètement, sans hospitalisation ni traitement médical.<sup>9</sup> Les personnes normalement en bonne santé qui éprouvent des symptômes légers peuvent se soigner comme elles le feraient pour une grippe saisonnière. Le pharmacien peut vous être d'un précieux secours en vous prodiguant des conseils pour maîtriser les symptômes et en vous suggérant des médicaments en vente libre. Les personnes infectées qui ont besoin d'un antiviral sous ordonnance doivent consulter un médecin dans les plus brefs délais, surtout si elles ont contracté la forme grave de la maladie, voient leur état se détériorer rapidement, avaient déjà des problèmes de santé sous-jacents ou sont enceintes.<sup>10</sup>

**Mythe 9 :** Il n'existe aucun traitement efficace pour la grippe H1N1.

**Faits :** Jusqu'à présent, la recherche a démontré que deux médicaments antiviraux sur ordonnance donnent de bons résultats : le Tamiflu (phosphate d'oseltamivir) et le Relenza (zanamivir). L'Agence de la santé publique du Canada recommande de recourir aux antiviraux seulement pour les cas modérés à graves qui présentent de sérieux risques de complications. Le gouvernement du Canada et les gouvernements de chaque province ont fait des réserves de médicaments antiviraux, mais ces antiviraux ne doivent être prescrits que lorsque la situation le justifie vraiment. On s'assure ainsi de pouvoir répondre à la demande lorsque le besoin s'en fera réellement sentir.<sup>11</sup>

1 <http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/info-mask-masque-fra.php>

2 <http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/guidance-orientation-05-03-fra.php>

3 [http://www.euro.who.int/influenza/AH1N1/20090611\\_11?language=French](http://www.euro.who.int/influenza/AH1N1/20090611_11?language=French)

4 [http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/fs-fr\\_h1n1-fra.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/fs-fr_h1n1-fra.php)

5 [http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/faq\\_rg\\_h1n1-fra.php#vac](http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/faq_rg_h1n1-fra.php#vac)

6 <http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/interim-provisaires0819-fra.php>

7 [http://www.cmaj.ca/earlyreleases/31aug09\\_editorial.shtml](http://www.cmaj.ca/earlyreleases/31aug09_editorial.shtml)

8 [http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/faq\\_rg\\_h1n1-fra.php#faq6](http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/faq_rg_h1n1-fra.php#faq6)

9 [http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/faq\\_rg\\_h1n1-fra.php#faq5](http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/faq_rg_h1n1-fra.php#faq5)

10 [http://www.who.int/csr/disease/swineflu/notes/h1n1\\_use\\_antivirals\\_20090820/fr/index.html](http://www.who.int/csr/disease/swineflu/notes/h1n1_use_antivirals_20090820/fr/index.html)

11 [http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/faq\\_rg\\_h1n1-fra.php#faq2](http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/faq_rg_h1n1-fra.php#faq2)



# Liste de contrôle – H1N1

Le virus de l'influenza actuellement en circulation, connu sous le nom de H1N1, continue d'infecter un grand nombre de personnes dans le monde entier. Comme il est difficile de maîtriser ce virus, il incombe à chacun de faire tout ce qu'il peut pour rester en santé et éviter de propager la maladie. Votre pharmacien vous offre cette liste de contrôle qui vous aidera à prendre les mesures nécessaires pour vous protéger vous et votre entourage.

## Restez informé

- Visitez des sites Web, par exemple le [www.health.gov.on.ca](http://www.health.gov.on.ca) ou le [www.who.int/fr/index.html](http://www.who.int/fr/index.html), ou encore adressez-vous à un pharmacien, à un médecin ou à un autre professionnel de la santé pour obtenir de l'information à jour sur la pandémie et le virus H1N1.
- Sachez distinguer la grippe H1N1, la grippe saisonnière et le rhume. Les symptômes de la grippe H1N1 sont similaires à ceux de la grippe saisonnière, par exemple, toux, fièvre, maux de gorge, écoulement nasal, maux de tête et douleurs musculaires. Le virus H1N1 est un type de virus de la grippe qui diffère de ceux à l'origine de la grippe saisonnière. Les rhumes s'accompagnent rarement de poussées de fièvre et de douleurs musculaires, mais entraînent habituellement la congestion nasale.
- Ne perdez pas de vue que le virus H1N1 se répand de la même façon que ceux de la grippe saisonnière — par l'entremise des gouttelettes qui s'échappent lorsqu'une personne infectée tousse, éternue ou même parle. Ces gouttelettes peuvent être transmises par les contacts entre personnes, dans l'air ou par des surfaces contaminées.

## Prenez des précautions

- Lavez-vous les mains souvent. Lavez-les à l'eau chaude et savonnez-les le temps de chanter la chanson de l'alphabet (de 15 à 20 secondes).
- En l'absence de savon et d'eau courante, nettoyez-vous les mains avec un désinfectant pour les mains à base d'alcool. Mettez du désinfectant dans la paume des mains puis frottez-les ensemble jusqu'à ce que le produit soit sec.
- Adoptez des habitudes de vie saines : dormez suffisamment, buvez beaucoup de liquides, mangez des aliments sains et faites des activités physiques.
- Ne vous approchez pas des personnes qui semblent grippées. Vous pouvez réduire la diffusion de l'infection en vous tenant à deux mètres de toute personne infectée par le virus.
- Évitez de toucher à vos yeux, à votre bouche et à votre nez.
- Quand vous êtes malade, tousssez et éternuez dans votre coude ou utilisez un papier-mouchoir plutôt que votre main.
- Dans la mesure du possible, réduisez la période de temps que vous passez dans des endroits bondés.
- Faites-vous vacciner chaque année contre la grippe saisonnière. En Ontario, le vaccin contre la grippe est gratuit pour tous. Ce vaccin ne vous protégera toutefois pas contre le virus H1N1, mais il lutte efficacement contre les malaises reliés au virus de la grippe saisonnière. Le vaccin contre le virus H1N1 sera disponible sous peu.

### Conseils à suivre au travail, à l'école et en voyage

- Ne vous présentez pas au travail ou en classe si vous avez des symptômes de la grippe. Restez à la maison pendant toute la durée de la maladie.
- Ne partez pas en voyage si vous éprouvez des symptômes de la grippe.
- Munissez-vous d'un désinfectant pour les mains à base d'alcool et utilisez-le souvent si vous ne pouvez pas vous laver les mains fréquemment à l'eau chaude et au savon.

### Traitement de la maladie

- Si vous ou une personne dont vous prenez soin éprouvez des symptômes de la grippe, communiquez avec un fournisseur de soins de santé ou appelez Télésanté Ontario (1 866 797-0000).
- Si vous attrapez la grippe, consultez votre professionnel de la santé pour savoir quelles étapes vous devriez suivre pour traiter vos symptômes.
- Buvez beaucoup de liquides et reposez-vous le plus possible lorsque vous êtes malade.
- Continuez à vous laver les mains régulièrement et suivez les règles de l'étiquette quand vous toussiez et éternuez.
- Restreignez au maximum vos contacts avec les autres.
- Demandez à votre pharmacien de vous conseiller des produits en vente libre qui pourraient vous aider à atténuer certains symptômes précis (p. ex. de l'acétaminophène ou de l'ibuprofène si vous faites de la fièvre et avez des courbatures). Vous pouvez faire preuve de prudence et vous assurez de toujours avoir certains de ces produits sous la main. Ainsi, en cas de maladie, vous ne serez pas contraints de vous rendre à la pharmacie.



**Informez-vous régulièrement auprès de votre pharmacien au sujet de la grippe H1N1. Il pourra vous mettre à jour et vous indiquer à quel moment le vaccin sera disponible.**

# MÉDICAMENTS CONTRE LA GRIPPE H1N1

## Comprendre les médicaments servant à prévenir et à traiter la grippe « porcine » ou A (H1N1)

Nombreux sont ceux qui s'interrogent au sujet des médicaments pouvant prévenir ou traiter la grippe H1N1. Le médicament le plus important est le vaccin qui permet de prévenir la grippe. Ce vaccin sera offert à tous les Canadiens à compter de l'âge de six mois.<sup>1</sup> Les antiviraux sur ordonnance constituent une solution de traitement possible et les médicaments en vente libre peuvent aider à atténuer des symptômes précis. Un pharmacien pourra vous expliquer quand et comment utiliser ces médicaments.

### Prévention - Questions au sujet du vaccin contre la grippe H1N1

#### Q. Où puis-je me faire vacciner contre la grippe H1N1 ?

En Ontario, le vaccin contre la grippe H1N1 est offert en priorité à certains groupes, puis avec le temps il sera offert à l'ensemble de la population. Il est possible de se faire vacciner à une clinique de vaccination de santé publique. Certains cabinets de médecins disposeront aussi d'un stock de vaccins. Pour savoir où se trouvent les cliniques de santé publique ou pour consulter la liste des groupes pouvant actuellement être vaccinés en priorité, rendez-vous à [www.health.gov.on.ca /fr/ccom/flu/](http://www.health.gov.on.ca/fr/ccom/flu/).

#### Q. Comment le vaccin peut-il prévenir la grippe H1N1 ?

Les vaccins, y compris celui contre le virus H1N1, permettent, grâce à la production d'anticorps, de développer une immunité contre la maladie en cause. Par conséquent, lorsque la personne est de nouveau exposée au virus, son corps sait comment réagir pour lutter contre le virus.

#### Q. Combien de temps faut-il compter avant que le vaccin contre la grippe H1N1 fasse effet ?

Pour la majorité des gens, l'immunité se développe en dix jours environ après l'inoculation.<sup>2</sup>

#### Q. Quelle est la différence entre le vaccin avec adjuvant et celui sans adjuvant ?

Les vaccins avec adjuvant contiennent une substance servant à améliorer la réponse immunitaire du corps.<sup>3</sup> Des adjuvants sont ajoutés dans bien des vaccins très courants, comme celui contre le tétanos. L'adjuvant utilisé pour le vaccin contre la grippe H1N1 qui sera donné au Canada contient des ingrédients naturels comme l'eau, le squalène et la vitamine E. Les vaccins sans adjuvant, comme le vaccin contre la grippe H1N1 offert aux femmes enceintes, ne renferment pas d'ingrédients qui stimulent la réaction immunitaire. Il existe moins de données sur la sécurité des vaccins avec adjuvant pour les femmes enceintes.

#### Q. Dois-je aussi me faire vacciner contre la grippe saisonnière ?

En Ontario, le vaccin contre la grippe saisonnière a été offert aux gens âgés de 65 ans et plus et aux résidents d'établissements de soins de longue durée en octobre.<sup>4</sup> Dès que le programme de vaccination contre la grippe H1N1 sera terminé, soit en décembre ou en janvier, tous les Ontariens âgés de plus de six ans pourront se faire vacciner contre la grippe saisonnière<sup>5</sup>.

#### Q. Si je crois avoir déjà contracté la grippe H1N1, dois-je quand même me faire vacciner ?

Habituellement, lorsqu'une personne est infectée par un virus particulier de la grippe puis se rétablit, son corps a produit des anticorps qui l'immunisent contre le virus en question. Si un laboratoire a confirmé que la personne avait effectivement été atteinte par le virus de la grippe H1N1, le vaccin est alors inutile.<sup>6</sup>

## Q. Quels sont les effets secondaires possibles du vaccin contre la grippe H1N1 ?

Les effets secondaires du vaccin contre la grippe H1N1 sont similaires à ceux inhérents au vaccin contre la grippe saisonnière.<sup>7</sup> Les effets secondaires<sup>8</sup> les plus fréquents sont mineurs et comprennent douleur, tuméfaction et rougeur au point d'injection, ainsi que fatigue, douleur articulaire et céphalée. Chez les jeunes enfants, des poussées de fièvre et de la somnolence ont été observées dans de rares cas. De l'irritabilité et une perte d'appétit ont aussi été constatées.

## Traitement — Questions sur les antiviraux sous ordonnance et les médicaments en vente libre

### Q. Quels antiviraux sous ordonnance aident à traiter le virus de la grippe H1N1 ?

Deux antiviraux distincts sont efficaces contre la grippe H1N1, soit le Tamiflu (oseltamivir) et le Relenza (zanamivir). Le Tamiflu est un médicament oral alors que le Relenza est administré par inhalation. Ces médicaments doivent être prescrits par un médecin ou un infirmier praticien. Il est possible de se les procurer à la pharmacie avec une ordonnance.

### Q. Comment puis-je savoir si j'ai besoin d'un antiviral pour combattre des symptômes semblables à ceux de la grippe ?

Parlez à votre fournisseur de soins de santé ou déterminez si vous avez besoin de consulter celui-ci à l'aide de l'outil d'autoévaluation du ministère de la Santé et des Soins de longue durée. Vous pourrez le trouver sur le site du ministère à <http://www.health.gov.on.ca/fr/ccom/flu/> en sélectionnant « Outil d'autoévaluation en cas de grippe » dans le menu de gauche.

### Q. On ne me recommande pas d'antiviraux. Pour quelles raisons ?

La personne que vous avez consultée est la mieux placée pour justifier sa décision, car il y a de nombreuses raisons pour lesquelles un antiviral peut ne pas vous convenir. Un antiviral est particulièrement efficace quand il est administré dans les 48 heures suivant l'apparition des symptômes. Aussi l'Agence de la santé publique du Canada recommande de réserver les antiviraux aux personnes qui présentent des symptômes de la grippe — de modérés à graves — et sont plus susceptibles de souffrir de complications.<sup>9</sup> Il importe de ne pas prescrire à outrance des antiviraux, car les virus auxquels ils s'attaquent peuvent s'adapter et offrir une plus grande résistance aux médicaments, rendant ainsi ceux-ci moins efficaces dans les cas où ils sont vraiment nécessaires.<sup>10</sup>

### Q. Peut-on prendre ces antiviraux pour prévenir la grippe H1N1 ?

Pour l'ensemble de la population, la vaccination est la meilleure solution pour se prémunir contre la grippe H1N1. Les médicaments antiviraux ne sont pas conseillés à titre préventif.<sup>11</sup> Se laver fréquemment les mains, éviter les contacts avec les personnes infectées, ne pas se toucher le nez, la bouche et les yeux avec les mains sont des moyens simples et efficaces de se protéger contre la grippe.

### Q. Quels médicaments sans ordonnance peuvent traiter les symptômes de la grippe H1N1 ?

Lorsque vous avez la grippe, vous pouvez en soulager les symptômes en vous reposant et en prenant beaucoup de liquide et des médicaments en vente libre contre la fièvre, le mal de tête, les courbatures, les maux de gorge, la congestion nasale et la toux. Il est important de parler à votre pharmacien pour que vous ou votre enfant preniez les médicaments les plus appropriés.

1 <http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/vacc/known-savoir-fra.php>

2 Idem

3 <http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/vacc/options-fra.php>

4 [http://www.health.gov.on.ca/fr/news/release/2009/sep/nr\\_20090924.aspx](http://www.health.gov.on.ca/fr/news/release/2009/sep/nr_20090924.aspx)

5 [http://www.health.gov.on.ca/en/news/release/2009/sep/flu\\_vacc\\_rollout\\_bg\\_04\\_20090924.pdf](http://www.health.gov.on.ca/en/news/release/2009/sep/flu_vacc_rollout_bg_04_20090924.pdf)

6 [http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/faq\\_rg\\_h1n1-fra.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/faq_rg_h1n1-fra.php)

7 <http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/vacc/known-savoir-fra.php>

8 [http://www.gsk.ca/french/docs-pdf/Arepanix\\_PIL\\_CAPA01v01\\_FR.pdf](http://www.gsk.ca/french/docs-pdf/Arepanix_PIL_CAPA01v01_FR.pdf)

9 Idem

10 [http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/faq\\_rg\\_h1n1-fra.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/faq_rg_h1n1-fra.php)

11 Idem


# Le lavage des mains


Pour vous laver les mains correctement, frottez-les entièrement, ainsi que les poignets, avec du savon et de l'eau ou un désinfectant pour les mains à base d'alcool. Lavez les mains pendant au moins 15 secondes. Portez une attention particulière au bout et à la base des doigts, au revers des mains et à la base des pouces.


- Veillez à ce que vos ongles soient courts.
- Enlevez montre, bagues et bracelets.
- Ne portez pas d'ongles artificiels.
- Évitez le vernis à ongles écaillé.
- Lavez-vous les poignets et les avant-bras s'ils sont susceptibles d'être contaminés.
- Roulez vos manches pendant le lavage pour éviter de les mouiller.

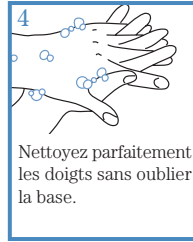
Pour toute question au sujet des coupures, des plaies, des allergies ou des affections cutanées, communiquez avec Télésanté Ontario au 1 866 797-0000, ATS 1 866 797-0007.

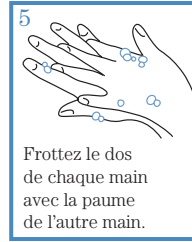
## Le lavage des mains avec du savon et de l'eau


- 


1 Retirez vos bijoux et passez-vous les mains et les poignets sous l'eau chaude.
- 


2 Utilisez un ou deux jets de savon liquide ou en mousse.
- 


3 Faites mousser le savon en vous frottant soigneusement les mains, paume contre paume.
- 

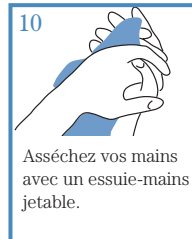
4 Nettoyez parfaitement les doigts sans oublier la base.
- 


5 Frottez le dos de chaque main avec la paume de l'autre main.
- 

6 Frottez l'extrémité des doigts d'une main dans la paume de l'autre main.
- 

7 Frottez chaque pouce en resserrant la paume de l'autre main sur celui-ci.
- 

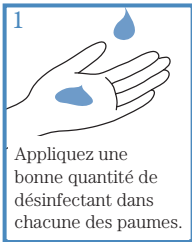
8 Frottez chaque poignet en resserrant l'autre main sur celui-ci.
- 


9 Rincez bien les parties savonnées sous l'eau du robinet.
- 


10 Asséchez vos mains avec un essuie-mains jetable.
- 

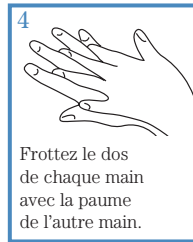
11 Fermez le robinet en utilisant le même essuie-mains.


## Le lavage à l'aide d'un désinfectant à mains à base d'alcool


- 


1 Appliquez une bonne quantité de désinfectant dans chacune des paumes.
- 


2 Frottez-vous soigneusement les mains, paume contre paume.
- 

3 Nettoyez parfaitement les doigts sans oublier la base.
- 

4 Frottez le dos de chaque main avec la paume de l'autre main.
- 

5 Frottez l'extrémité des doigts d'une main dans la paume de l'autre main.
- 

6 Frottez chaque pouce en resserrant la paume de l'autre main sur celui-ci.
- 

7 Frottez chaque poignet en resserrant l'autre main sur celui-ci.
- 

8 Continuez à frotter jusqu'à ce que le désinfectant se soit évaporé. Ne vous servez pas d'un essuie-mains.