



SAISON DU RHUME ET DE LA GRIPPE - PROTÉGEZ-VOUS ET N'ÊTES PAS INFECTÉ

Aux États-Unis et au Canada, la saison de la grippe commence généralement vers octobre et dure jusqu'en mars environ, tandis que la saison froide commence un peu plus tôt à la fin d'août, au début de septembre et dure jusqu'en mars ou avril. Êtes-vous préparé et protégé ou êtes-vous une cible assise qui attend d'être infectée par un virus du rhume ou de la grippe?



Ne pas être préparé est déjà assez grave. Il s'avère que la rentrée scolaire (exactement avec la saison froide) et les vacances remplies de stress (chronométrées exactement avec la saison du rhume et de la grippe) peuvent augmenter vos chances d'être infecté et malade avec un rhume ou une grippe. Bien que la plupart des personnes infectées par un rhume saisonnier ou un virus de la grippe puissent présenter des symptômes inconfortables, elles n'auront pas besoin de soins médicaux ni d'hospitalisation et seront sur la voie du rétablissement dans moins de deux semaines. Cependant, être malade pendant 10 jours ou deux semaines peut être une expérience misérable, selon la gravité des symptômes et la mesure dans laquelle le système immunitaire du corps est capable d'attaquer et de désactiver le virus envahissant et infectieux du rhume ou de la grippe. N'oubliez pas que votre système immunitaire est la sentinelle de votre corps qui vous protège des envahisseurs étrangers tels que les virus du rhume et de la grippe.

Définition et causes du rhume et de la grippe

Le rhume et la grippe/grippe sont des maladies respiratoires contagieuses causées par des virus infectant les sinus, la gorge ou les poumons. Il existe plus de 200 virus différents (p. ex. rhinovirus, adénovirus, virus parainfluenza, virus respiratoire syncytial, entérovirus et coronavirus) à l'origine de ce que l'on appelle le « rhume » et ses symptômes, le rhinovirus étant le plus commun. La grippe et ses symptômes sont causés par des virus de la grippe dont il existe trois types, type A, B ou C. Les maladies allergiques affectant les voies respiratoires (c.-à-d. le nez ou la gorge) et le stress chronique peuvent augmenter la probabilité d'être infecté par des virus du rhume et de la grippe.

Statistiques sur le rhume saisonnier et la grippe

Chaque année, la grippe saisonnière à l'échelle mondiale est à l'origine d'un milliard d'infections, de 3 à 5 millions de cas de maladie grave, ainsi que de 290 000 à 650 000 décès. Le rhume est la principale raison pour laquelle les enfants sont absents de l'école et les adultes ne sont pas en mesure de se présenter au travail, les adultes ayant une moyenne de 2 à 4 rhumes par an et les enfants souffrant d'encore plus de rhumes. Les enfants ont tendance à attraper beaucoup de rhumes et de grippe en raison de leurs contacts étroits les uns avec les autres dans les garderies et les écoles. Les femmes, en particulier celles âgées de 20 à 30 ans, ont également tendance à attraper plus de rhumes que les hommes, très probablement en raison de leurs contacts plus étroits avec les enfants. Les personnes les plus à risque de développer des complications de la grippe comprennent les enfants de moins de cinq ans, les adultes de 65 ans et plus, les femmes enceintes et celles qui souffrent de problèmes médicaux (p. ex. asthme, diabète, maladies cardiaques, cancer et autres affections immunodéprimantes, maladie rénale, obésité morbide), ainsi que les résidents des maisons de soins infirmiers et ceux qui ont un accès limité aux soins de santé et qui vivent dans de mauvaises conditions.



SAISON DU RHUME ET DE LA GRIPPE - PROTÉGEZ-VOUS ET N'ÊTES PAS INFECTÉ

Transmission du rhume et de la grippe

Les virus du rhume et de la grippe peuvent se propager d'une personne à l'autre lorsqu'une personne infectée tousse, éternue ou parle en transmettant le virus dans l'air sous la forme d'un aérosol infectieux ou de grosses gouttelettes chargées de germes, qui pénètrent ensuite dans le corps par le nez ou la bouche. Cependant, le contact direct avec des sécrétions infectieuses en touchant des surfaces environnementales contaminées telles que des téléphones, des poignées de porte, des mains courantes, des dessus de table et des vêtements (c.-à-d. des vecteurs passifs ou des vecteurs passifs – des objets inanimés ou des substances capables de transporter et de transmettre des microbes infectieux d'une personne à une autre), puis en mettant vos mains sur votre nez ou votre bouche, transmettra un virus du rhume ou de la grippe. Le risque d'avoir un rhume ou une grippe augmente lorsque les gens se retrouvent dans des zones très peuplées, comme dans des conditions de vie surpeuplées et des écoles.

Différences entre le rhume et la grippe

Il s'avère que les virus de la grippe se propagent et causent des maladies à peu près au même moment que les virus du rhume. En plus du fait que le rhume et la grippe sont des maladies respiratoires et partagent des symptômes similaires (reflétant généralement une infection des voies respiratoires supérieures), il est difficile (et parfois presque impossible) de faire la différence entre si vous êtes malade avec un rhume ou une grippe en fonction des seuls symptômes. Cependant, les symptômes de la grippe ont tendance à être généralement plus graves que les symptômes associés au rhume et à faire tomber les gens de leurs pieds.

Les symptômes de grippe les plus courants sont les suivants :

- Fièvre (généralement élevée) et frissons
- Maux de tête
- Fatigue/fatigue (souvent extrême)
- Toux (toux sèche)
- Maux de gorge
- Congestion nasale (c.-à-d. écoulement nasal ou nez bouché)
- Douleurs musculaires (souvent intenses)
- Les symptômes de l'estomac (p. ex. nausées, vomissements et diarrhée) peuvent survenir, mais ils ont tendance à toucher davantage les enfants que les adultes

Bien qu'il ne soit pas aussi grave que la grippe, le rhume peut créer beaucoup d'inconfort pour les gens.

Les symptômes du rhume comprennent:

- Gorge endolorie ou égratignée
- Nez qui coule
- Congestion
- Éternuements
- Toux
- Maux de tête
- Perte d'appétit
- Douleurs musculaires et fatigue (mais généralement pas aussi intenses lorsque vous souffrez de la grippe)





SAISON DU RHUME ET DE LA GRIPPE - PROTÉGEZ-VOUS ET N'ÊTES PAS INFECTÉ

Infections des voies respiratoires supérieures

Puisqu'ils sont symptomatiques et inextricablement liés aux virus, en général, et aux virus du rhume et aux virus de la grippe, en particulier, il est important de comprendre l'étiologie, l'épidémiologie et la pathologie des infections des voies respiratoires supérieures (URTI).

Étiologiquement, il existe un certain nombre de virus, y compris les virus du rhume et de la grippe, en plus de différentes bactéries qui peuvent causer des URTI et une variété de maladies associées à l'URTI, y compris le rhume et la grippe.

Épidémiologiquement, les URTI sont omniprésentes dans le monde entier et considérées comme la maladie la plus récurrente affligeant les humains, représentant environ dix millions de visites de patients externes chaque année. 5 Les enfants souffrent de l'incidence la plus élevée d'URTI (généralement d'un virus/rhinovirus du rhume) avec 6 à 8 infections par an, tandis que les adultes ont 2 à 3 URTI par an.

Pathophysiologiquement, les agents pathogènes tels que les virus font leur chemin dans le mucosa supérieur de voie aérienne souvent par inhalation et ont comme conséquence des conditions catarrhales telles que la congestion et l'accumulation de mucus. Les URTI affectent spécifiquement le nez, les sinus, le pharynx, le larynx et les grandes voies respiratoires et comprennent les conditions de sinusite (inflammation des sinus nasaux), de rhinite (inflammation de la membrane muqueuse du nez), de pharyngite (inflammation du pharynx provoquant un mal de gorge), d'amygdalite (inflammation des amygdales) et de laryngite (inflammation du larynx provoquant une voix husky ou une perte de la voix).

Les signes et symptômes spécifiques des URTI aiguës comprennent:



- Toux
- Maux de gorge
- Nez qui coule
- Congestion nasale
- Maux de tête
- Faible fièvre
- Pression faciale
- Éternuements
- Malaise
- Myalgies

Il est important de noter que les URTI d'origine virale conduisent fréquemment à des infections bactériennes secondaires telles que l'otite moyenne (c.-à-d. inflammation ou infection de l'oreille moyenne) fréquente chez les enfants et la sinusite (c.-à-d. infection nasale ou inflammation de la paroi des sinus) fréquente chez les adultes.

Une défense efficace contre le rhume et la grippe et les URTI associées

Il n'y a pas de remède contre le rhume ou la grippe. Ainsi, la meilleure défense contre la contraction du rhume saisonnier ou de la grippe est de pratiquer la prévention en gardant le système immunitaire, la sentinelle du corps, vital et vigilant contre les virus envahissants du rhume et de la grippe. À cet égard, une stratégie sûre et efficace pour aider à créer et à maintenir un système immunitaire sain est de prendre Strauss Naturals **Cold Storm Drops**, et **Travel Bug Drops**.

Lorsqu'il est pris individuellement, en combinaison par paires ou tous ensemble, ces formules à base de plantes servent de défense efficace contre le rhume saisonnier ou la grippe en soutenant le système immunitaire, tout en modérant les symptômes associés au rhume et à la grippe.

**SAISON DU RHUME ET DE LA GRIPPE - PROTÉGEZ-VOUS ET N'ÊTES PAS INFECTÉ****SCIENTIFIQUE - AVANTAGES PRIS EN CHARGE DES GOUTTES DE TEMPÊTE FROIDE ET DES GOUTTES DE BOGUES DE VOYAGE**

L' **Cold Storm Drops** et **Travel Bug Drops** les deux contiennent des extraits médicinaux dérivés de l'ail moulu frais d'origine naturelle (bulbe) en utilisant une méthode d'extraction exclusive. Il existe un solide corpus de recherches scientifiques montrant que les extraits d'ail (ingrédients primaires dans **Cold Storm Drops** et **Travel Bug Drops** possèdent des propriétés antivirales (supprimer la réplication et l'infection virales), des propriétés anti-inflammatoires (surproduction modérée de l'inflammation créée par la réponse immunitaire à l'infection), des propriétés immunomodulatrices (soutenir le système immunitaire en stimulant ou en supprimant sa réponse à l'infection), ainsi que la capacité de modérer les symptômes des voies respiratoires supérieures associés au rhume et à la grippe.

La différence entre **Cold Storm Drops** et **Travel Bug Drops** est que l' **Travel Bug Drops** contiennent de la racine de gingembre moulue fraîche (rhizome) et de l'extrait de gingembre (rhizome). On rapporte que le gingembre décrit dans la littérature comme phytothérapie a des propriétés anti-inflammatoires, des propriétés antioxydantes. les propriétés antivirales/bactériennes en plus des propriétés antitussives et décongestionnantes qui peuvent toutes servir à soutenir le système immunitaire et à modérer les symptômes des voies respiratoires supérieures associés au rhume et à la grippe. Le gingembre traiterait également efficacement les problèmes gastro-intestinaux tels que les nausées, la diarrhée, les malaises abdominaux et les vomissements. Ceci est important parce que bien que les voies respiratoires soient la principale voie de transmission du virus de la grippe, les symptômes gastro-intestinaux tels que la perte d'appétit, la diarrhée, les vomissements et les douleurs abdominales sont signalés comme étant caractéristiques de la grippe sévère, ce qui rend l'**Travel Bug Drops** un supplément à base de plantes essentiel à prendre pendant la saison de la grippe.

Réflexions finales

La nature imprévisible et infectieuse des virus du rhume et de la grippe, ainsi que leur prévalence, leur capacité à muter et à se transmettre dans l'ensemble de la population, soulignent l'importance d'être protégés et non infectés pendant la saison du rhume et de la grippe. En prenant Strauss' **Cold Storm Drops** et **Travel Bug Drops** vous pouvez garder votre système immunitaire vital et vigilant, réduisant ainsi vos chances de tomber malade et de souffrir des symptômes associés au rhume et à la grippe. Si, par hasard, vous n'avez pas pris les suppléments à base de plantes de Soutien immunitaire de Strauss et que vous tombez malade, il serait prudent de les prendre pour renforcer votre système immunitaire et modérer les symptômes d'une infection des voies respiratoires supérieures et d'autres symptômes associés au rhume ou à la grippe.



Références disponibles sur demande. © Droit d'auteur 2025 Strauss Naturals Ltd. Tous droits réservés.

Avertissement: Les informations contenues dans cet article sont à des fins éducatives uniquement. Il n'est pas destiné à remplacer le diagnostic, le traitement ou les conseils d'un professionnel de la santé qualifié et agréé. Les faits présentés ne sont offerts qu'à titre d'information, et non de conseils médicaux, et personne ne doit en aucun cas en déduire que nous pratiquons la médecine. Demandez l'avis d'un professionnel de la santé pour une application appropriée de ce matériel à une situation spécifique. Aucune déclaration dans cet article ou sur notre site Web n'a été évaluée par la Food and Drug Administration. Tout produit mentionné ou décrit dans cet article ou sur notre site Web n'est pas destiné à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir une maladie.