

# Vaccin contre la grippe saisonnière

## Lutte contre les maladies transmissibles – feuille de renseignements

Au cours des 50 dernières années au Canada, l'immunisation a sauvé plus de vies que toute autre intervention médicale. Les vaccins aident le système immunitaire à reconnaître et à combattre les bactéries et les virus qui causent des maladies.

### Pourquoi devrais-je me faire vacciner contre la grippe?

La vaccination annuelle contre la grippe est la meilleure façon de vous protéger contre la grippe saisonnière.

La grippe peut ressembler à un rhume, mais ses symptômes sont généralement plus graves. La fièvre, les courbatures, la fatigue extrême et la toux sèche sont des symptômes plus courants de la grippe que du rhume. De plus, la grippe est plus susceptible de mener à de graves problèmes comme la pneumonie et les infections bactériennes ou de forcer l'hospitalisation.

Une personne immunisée aide également à protéger son entourage puisque qu'elle diminue les risques de propagation.

### Qu'est-ce que la grippe?

La grippe est une infection causée par un virus. Elle peut se transmettre facilement d'une personne à une autre par la toux, les éternuements ou le partage d'aliments ou de boissons. Il est aussi possible d'attraper la grippe se portant les mains à la bouche, aux yeux ou au nez, après avoir touché des objets contaminés par le virus de la grippe.

Il est important de se laver les mains régulièrement et de mettre en pratique une bonne étiquette respiratoire (tousser ou éternuer dans sa manche ou le creux de son coude, ou utiliser un mouchoir)

La saison grippale au Manitoba commence généralement à la fin de l'automne et se poursuit jusqu'au printemps.

### Qu'est-ce que le vaccin contre la grippe?

Il existe de nombreuses souches de virus grippaux. Le vaccin ne peut prémunir contre chacune d'entre elles. Chaque année, les scientifiques suivent la propagation mondiale de la grippe et décident des trois souches qui risquent de contaminer le plus de personnes durant la saison grippale. Celles-ci sont alors intégrées au vaccin pour cette année-là, ce qui fait en sorte qu'il diffère d'une année à l'autre.

Il est important de se faire vacciner contre la grippe chaque année puisque les virus varient d'une année à l'autre et que la protection que procure le vaccin diminue avec le temps.

Le vaccin annuel contre la grippe est particulièrement important pour les Manitobains plus à risque d'être gravement malades en raison de la grippe, ainsi que pour leurs fournisseurs de soins et leurs proches.

Il s'agit notamment :

- des personnes âgées de 65 ans et plus;
- des résidents des foyers de soins personnels ou des établissements de soins prolongés;
- des enfants âgés de six mois à cinq ans;
- des personnes atteintes d'une maladie chronique, soit :
  - les personnes dont le système immunitaire est affaibli par une maladie ou un traitement médical;
  - les personnes atteintes d'une maladie rendant leur respiration difficile;
- des enfants à partir de 6 mois et les adolescents jusqu'à 18 ans, qui suivent une thérapie d'acide acétylsalicylique (p. ex., l'aspirine);
- les personnes atteintes d'autres maladies chroniques (p. ex., diabète, déficiences mentales);
- des femmes enceintes;

# Vaccin contre la grippe saisonnière

---

- des travailleurs de la santé et des premiers intervenants de santé;
- des personnes d'ascendance autochtone;
- des personnes qui font beaucoup d'embonpoint ou qui sont obèses;
- ou selon les conseils de votre fournisseur de soins de santé principal.

Les enfants de moins de neuf ans qui n'ont jamais reçu le vaccin contre la grippe saisonnière auront besoin de deux doses, administrées à quatre semaines d'intervalle.

## Quelles sont les personnes qui NE devraient PAS se faire immuniser contre la grippe?

Les enfants de moins de six mois.

Les personnes ayant une forte fièvre; toutefois, les personnes atteintes d'une maladie légère, comme le rhume, peuvent se faire vacciner.

Si vous avez des allergies graves ou avez déjà eu une réaction grave, y compris le syndrome de Guillain-Barré (SGB), après l'administration d'un vaccin, discutez-en avec une infirmière de la santé publique ou un médecin.

## Effets secondaires possibles du vaccin contre la grippe

Les vaccins sont réputés être très sûrs. Il est bien plus sûr de se faire vacciner que d'attraper la grippe.

### Effets secondaires communs

Parmi les réactions courantes, citons la douleur, des rougeurs et une enflure à l'endroit où le vaccin a été injecté. Certaines personnes peuvent avoir de la fièvre, des frissons ou de la fatigue. Il s'agit de réactions bénignes qui durent généralement de un à deux jours. On peut administrer de l'acétaminophène (Tylenol<sup>MD</sup> ou Tempra<sup>MD</sup>) pour traiter la fièvre ou la douleur.

---

**Il ne faut JAMAIS donner de l'acide acétylsalicylique (Aspirine®) aux enfants car cela peut causer une grave maladie du foie et du cerveau appelée syndrome de Reye.**

---

### Effets secondaires rares

Il est important de rester sur le lieu de vaccination pendant 15 minutes après l'administration d'un vaccin, car il existe la très faible possibilité qu'une réaction allergique grave se produise. Celle-ci peut inclure de l'urticaire, des difficultés respiratoires ou le gonflement de la gorge, de la langue ou des lèvres. Si ces symptômes se manifestent après avoir quitté le lieu de vaccination, **téléphonez au 911 ou présentez-vous au service d'urgence le plus proche pour un traitement immédiat.**

### Autres effets rares de santé

Au cours des saisons grippales précédentes, certaines personnes ont eu un ou plusieurs des symptômes suivants, associés au syndrome oculorespiratoire : une rougeur des yeux, de la difficulté à respirer, un serrement de poitrine, de la toux, un mal de gorge ou une enflure du visage. Ces symptômes apparaissent généralement dans les 24 heures après la vaccination et disparaissent dans les deux jours.

Les vaccins contre la grippe ont été associés au syndrome de Guillain-Barré, une forme de paralysie habituellement temporaire. Il s'agit d'une réaction très rare qui se produit chez environ une personne vaccinée sur un million.

---

**Signalez tout effet secondaire grave ou inattendu à une infirmière de la santé publique ou à un médecin.**

---

### Pour plus de renseignements sur la grippe :

Parlez à votre médecin ou à une infirmière de la santé publique.

Téléphonez à Health Links-Info Santé à Winnipeg au 204-788-8200 ou, sans frais ailleurs au Manitoba, au 1 888 315-9257.

Ou visitez :

**Santé publique Manitoba**

[www.gov.mb.ca/health/flu/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/health/flu/index.fr.html)

**Agence de la santé publique du Canada**

[www.phac-aspc.gc.ca/influenza/index-fra.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/influenza/index-fra.php)