



Foire aux questions sur la vaccination contre l'influenza

Q. : Qu'est-ce que l'influenza (la grippe) ?

R. : Communément appelée la grippe, l'influenza est une infection des voies respiratoires causée par le virus de l'influenza.

En voici les symptômes caractéristiques : forte fièvre (38° à 40° C) se déclarant soudainement, maux de tête, perte d'appétit, courbatures pénibles, fortes fatigue et faiblesse, frissons, toux sèche, transpiration ;
et parfois : mal de gorge, écoulement nasal, congestion nasale et éternuements.

- Un accès d'influenza peut vous clouer au lit pendant 5 à 10 jours.
- L'influenza affaiblit aussi la capacité de l'organisme à combattre d'autres infections, elle peut donc entraîner une pneumonie ou une bronchite.
- Elle peut aussi aggraver les troubles médicaux comme le diabète, les maladies du poumon, du cœur ou du rein et le cancer.

Q: Comment les symptômes de l'influenza diffèrent-ils de ceux du rhume ?

A: Les différences sont présentées dans le tableau ci-dessous :

Symptôme	Rhume	Influenza
Fièvre	Rare	Se caractérise par une forte fièvre soudaine (102 °F/39 °C à 104 °F/40 °C) ; dure de 3 à 4 jours
Maux de tête	Rares	Courants, parfois forts
Douleurs généralisées	Parfois, légères	Courantes, souvent aiguës
Fatigue et faiblesse	Parfois, légères	Courantes, fortes, pendant 2 ou 3 semaines, ou davantage
Fatigue extrême	Rare	Prédominante dès le début, parfois forte
Nez qui coule, nez bouché	Courant	Courant
Éternuements	Courants	Parfois
Maux de gorge	Courants	Courants
Malaises pulmonaires, toux	Parfois, légers à modérés	Courants, peuvent devenir graves
Complications	Congestion des sinus ou maux d'oreilles possibles	Peuvent entraîner pneumonie et insuffisance respiratoire, ou condition chronique, parfois mortelles
Prévention	Fréquents lavages des mains	Vaccination annuelle et fréquents lavages des mains

Le mythe de la grippe intestinale : Ce qu'on appelle la « grippe intestinale » n'existe pas. Les dérangements de l'estomac peuvent être causés par d'autres virus et micro-organismes, mais le virus de l'influenza n'infecte que le nez, la gorge et les poumons.

Q. : Comment se propage le virus de l'influenza ?

R. : Le virus de l'influenza est extrêmement contagieux et se propage rapidement d'une personne à l'autre, d'habitude par les gouttelettes transportées dans l'air par la toux ou les éternuements.

- Il peut survivre pendant 48 heures sur les surfaces comme les téléphones, les claviers d'ordinateur, les poignées de porte ou de cafetière, les comptoirs de cuisine ou les jouets.
- Vous ne saurez probablement pas que vous l'avez contracté. Il peut s'écouler une journée à une semaine avant l'apparition des symptômes, et entre-temps vous pouvez infecter d'autres personnes.

Q. : Pourquoi ai-je besoin d'un vaccin annuel contre l'influenza ?

R. : Les virus qui causent l'influenza évoluent continuellement.

Chaque année, l'Organisation mondiale de la Santé identifie les trois souches du virus de l'influenza qui devraient être les plus communes (et donc faire le plus de ravages). On met au point les vaccins contre l'influenza en fonction de ces trois virus. Comme ils changent d'une année à l'autre, vous aurez besoin d'un vaccin annuel pour vous assurer que votre organisme forme des anticorps contre les nouveaux virus de l'influenza.

Q. : Quel est le meilleur moment de recevoir le vaccin contre l'influenza ?

R. : On recommande de se faire vacciner contre l'influenza entre octobre et décembre. La vaccination contre l'influenza peut tout de même être bénéfique à n'importe quel moment durant la saison grippale, c.-à-d. d'octobre à mars, même si l'influenza s'est déjà déclarée dans la population.

Q. : En combien de temps le vaccin devient-il efficace ?

R. : Vous obtiendrez une protection maximale environ deux semaines après la vaccination, et cette protection dure environ 6 mois.

Q. : Quelle est l'efficacité du vaccin ?

R. : Comme n'importe quel autre vaccin, le vaccin contre l'influenza ne protège pas nécessairement 100 % des personnes à risque élevé. Quand on parvient à bien faire correspondre les souches dans le vaccin aux souches en circulation de la saison grippale en cours, le vaccin prévient l'influenza chez environ **70 à 90 % des enfants et des adultes en bonne santé.**

Les personnes vaccinées peuvent quand même attraper l'influenza, mais elles n'éprouveront en général que des symptômes bénins. On peut aussi attraper une souche d'influenza différente de celle contre laquelle le vaccin est censé protéger, mais elle est généralement moins virulente.

Q. : Qui devrait se faire vacciner contre l'influenza ?

R. : Toute personne souhaitant se prémunir contre l'influenza devrait songer à recevoir le vaccin contre l'influenza.

- les personnes atteintes de maladies sous-jacentes graves, les personnes âgées, et pour les enfants de 6 à 23 mois
- toute personne qui habite ou travaille dans un milieu où il y a des personnes à risque
- les personnes qui dispensent des services communautaires essentiels

Q. : Qui NE devrait PAS se faire vacciner contre l'influenza ?

R. : Généralement :

- les personnes présentant une hypersensibilité anaphylactique aux œufs (des œufs de poule sont utilisés dans la fabrication du vaccin)
- les personnes allergiques au thimérosal (un agent de conservation utilisé dans les solutions pour lentilles de contact et dans le vaccin contre l'influenza)
- les personnes ayant déjà eu une réaction anaphylactique à une vaccination contre l'influenza
- les nourrissons âgés de moins de 6 mois

Si vous avez la fièvre le jour où vous devez vous faire vacciner contre l'influenza, attendez qu'elle soit tombée.

Demandez à votre médecin, infirmière, ou pharmacien(ne) si vous devriez ou non vous faire vacciner contre l'influenza.

Q. : Est-ce que le vaccin peut me donner l'influenza ?

R. : Non.

Le vaccin contre l'influenza ne cause pas l'influenza, car il est composé de virus tués. Les personnes qui pensent que le vaccin leur a donné l'influenza confondent sans doute leurs symptômes avec ceux d'un autre virus ou avec de légers effets secondaires du vaccin.

Q. : Le vaccin a-t-il des effets secondaires ?

R. : Le vaccin contre l'influenza est très sûr, mais comme pour tout médicament, il peut y avoir des effets secondaires.

La plupart des gens qui se font vacciner n'éprouvent aucun effet secondaire ou seulement des effets bénins (douleur, rougeur ou enflure) sur le site du vaccin. D'autres peuvent faire avoir de la fièvre ou des courbatures peu après la vaccination, et ces symptômes peuvent durer un jour ou deux. Les réactions allergiques graves sont extrêmement rares. Si jamais elles se produisent, ce sera dans les minutes ou les heures qui suivent la vaccination. Votre médecin ou infirmière vous demandera généralement d'attendre 20 à 30 minutes après la vaccination pour observer toute réaction.

Q. : Que dois-je faire si j'attrape l'influenza ?

R. : Reposez-vous, buvez abondamment et prenez de l'acétaminophène ou de l'ibuprofène pour soulager la fièvre et la douleur.

L'acide acétylsalicylique (aspirine) est DÉCONSEILLÉ pour les enfants et les adolescents, car la combinaison influenza-AAS a été associée au syndrome de Reye, une maladie grave du cerveau et du foie. Évitez les contacts avec les personnes âgées, les enfants et les personnes atteintes de maladies chroniques comme le diabète, l'asthme, la fibrose kystique ou les maladies du cœur ou du rein. Dans certains cas, le médecin peut prescrire un médicament antiviral pour soulager vos symptômes. Ces médicaments ont le plus d'efficacité lorsqu'on les prend au début de l'infection. Les antibiotiques n'ont AUCUN effet contre les maladies virales comme l'influenza. Attendez d'être tout à fait rétabli avant de vous faire vacciner contre l'influenza.

Q. : Peut-on combiner le vaccin contre l'influenza avec d'autres, comme le vaccin antipneumococcique ?

R. : On ne peut pas mélanger le vaccin contre l'influenza à un autre vaccin dans la même seringue, mais on peut administrer deux vaccins différents durant la même visite médicale.

Le vaccin contre l'influenza et le vaccin antipneumococcique sont souvent administrés durant la même visite, car les personnes vulnérables aux complications de l'influenza ou de la pneumonie sont souvent les mêmes. Le vaccin contre l'influenza est administré annuellement. Le vaccin antipneumococcique n'est généralement administré qu'une seule fois au cours de la vie, comme la plupart des vaccins.

Q. : Puis-je recevoir le vaccin contre l'influenza si je suis enceinte ou si j'allaite ?

R. : Oui. Le vaccin contre l'influenza est jugé sûr et est recommandé pour toutes les femmes enceintes, à tous les stades de la grossesse, de même que pour les mères qui allaitent.

Q. : Pourquoi les enfants de moins de 9 ans ont-ils besoin de 2 doses du vaccin contre l'influenza ?

R. : Comme bien des vaccins administrés durant l'enfance, le vaccin contre l'influenza nécessite une injection de rappel chez les enfants, pour que l'organisme produise les anticorps voulus. Les enfants de moins de 9 ans doivent recevoir deux doses du vaccin antigrippal, administrées à 4 semaines d'intervalle, s'ils ont reçu une dose du vaccin (ou n'en ont reçu aucune) pendant une saison grippale antérieure et s'ils n'ont jamais reçu deux doses au cours d'une même saison.

Q. : Les enfants courent-ils un risque accru de développer des troubles neurologiques comme l'autisme ou le trouble d'hyperactivité avec déficit de l'attention (THADA) s'ils ont reçu le vaccin contre l'influenza ?

R. : Non. Les meilleures données scientifiques dont nous disposons jusqu'à présent ont montré qu'il n'existe aucun lien entre les vaccins et l'autisme ou le THADA.

Q. : Pourquoi le thimérosal est-il utilisé dans le vaccin contre l'influenza si d'autres vaccins n'en contiennent pas ?

R. : Le vaccin contre l'influenza étant généralement vendu dans des flacons à doses multiples, du thimérosal est ajouté lors du procédé de fabrication pour maintenir le vaccin stérile.

Le thimérosal a également un effet stabilisant sur les vaccins, ce qui assure leur efficacité. Le vaccin contre l'influenza contient du thimérosal comme agent de conservation (0,004 % à 0,1 %), mais les fabricants sont en train de mettre au point un vaccin stable sans thimérosal. Le thimérosal continuera d'être utilisé dans les vaccins à doses multiples jusqu'à ce qu'une alternative sécuritaire soit trouvée.

Q. : Où puis-je obtenir des conseils au sujet de la vaccination contre l'influenza ?

R. : Communiquez avec votre centre de santé publique, votre médecin, votre infirmière ou votre pharmacien(ne).

Vous pouvez aussi vous renseigner au sujet de l'influenza sur les sites Web suivants :

- www.influenza.cpha.ca Coalition canadienne pour la sensibilisation et la promotion de la vaccination,
- www.phac-aspc.gc.ca/naci-ccni Conseil consultatif national de l'immunisation,
- ainsi que sur les sites Web des ministères de la santé provinciaux et territoriaux.

