

Vaccin contre la grippe saisonnière (influenza)

Fiche d'information de la santé publique

L'immunisation est l'une des plus importantes réalisations dans le domaine de la santé publique. Au cours des 50 dernières années, elle a permis l'élimination, l'endiguement et le contrôle de maladies qui étaient autrefois très courantes au Canada¹. Les vaccins aident votre système immunitaire à reconnaître et à combattre les bactéries et les virus qui causent des maladies.

Qu'est-ce que la grippe saisonnière?

La grippe saisonnière est une infection respiratoire causée par un virus. Certaines personnes qui contractent la grippe ne présentent pas de symptômes, mais elles peuvent tout de même la transmettre aux autres, surtout si elles toussent ou éternuent. La grippe peut ressembler à d'autres virus respiratoires ou au rhume. Cependant, les signes et les symptômes de la grippe sont généralement plus graves que ceux du rhume. Ces symptômes peuvent inclure une fièvre élevée soudaine, des courbatures, de la fatigue extrême, un mal de gorge et une toux sèche. La nausée et les maux d'estomac peuvent aussi survenir, particulièrement chez les jeunes enfants. La grippe peut entraîner des problèmes plus graves, comme une pneumonie, qui nécessitent parfois une hospitalisation.

La grippe 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 en portant les mains à la bouche, aux yeux ou au nez, après avoir touché des objets contaminés par le virus. C'est pourquoi il est important de se couvrir le nez et la bouche avec l'avant-bras pour tousser ou éternuer. Il faut aussi éviter de se toucher le visage et se laver souvent les mains. Le lavage des mains peut être fait avec de l'eau et du savon ou à l'aide d'un désinfectant pour les mains à base d'alcool, surtout après avoir toussé ou éternué.

La saison de la grippe a lieu chaque année. Au Manitoba, elle commence généralement à l'automne et dure jusqu'au printemps. Pour votre protection, vous devriez vous faire vacciner contre la grippe tôt à l'automne avant que la grippe se mette à circuler au Manitoba.

Qu'est-ce que le vaccin antigrippal?

Chaque année, les chercheurs surveillent la propagation de la grippe dans le monde. Ils utilisent ces données pour prédire quelles souches de la grippe risquent de rendre le plus grand nombre de personnes malades au cours de la prochaine saison de la grippe. Ces souches sont ensuite utilisées dans la fabrication du vaccin contre la grippe pour l'année en question. Par conséquent, le vaccin peut varier d'une année à l'autre. Pour cette raison, et parce que la protection offerte par le vaccin diminue au fil du temps, il est important de se faire vacciner contre la grippe chaque année.

De nombreux vaccins contre la grippe sont approuvés par Santé Canada. Les vaccins approuvés qui font partie du programme manitobain de vaccination contre la grippe saisonnière sont offerts gratuitement à tous les Manitobains.

Le vaccin antigrippal ne protège pas contre d'autres infections virales ou bactériennes, y compris des maladies comme le rhume, la grippe intestinale ou d'autres affections respiratoires, dont la COVID-19.

Le Manitoba offre actuellement des vaccins antigrippaux à dose standard et à haute dose, qui protègent efficacement contre quatre souches de grippe susceptibles de causer le plus de cas de grippe. Ce vaccin est administré par injection (à l'aide d'une seringue). Aucun de ces deux vaccins ne contient de virus vivant.

Alors que le vaccin antigrippal à dose standard est offert à toute personne âgée de six mois et plus, le vaccin antigrippal à haute dose contient quatre fois plus de protéines (ou antigènes) du virus de la grippe et il est recommandé à toute personne âgée de 65 ans et plus afin de favoriser une réponse immunitaire plus forte.

Pour en savoir plus sur le vaccin antigrippal à haute dose, veuillez consulter le document :

www.gov.mb.ca/health/publichealth/factsheets/flu_highdose.fr.pdf.

Veuillez consulter la page <https://www.manitoba.ca/health/flu/index.fr.html> pour connaître les critères d'admissibilité.

Pourquoi devrait-on se faire vacciner contre la grippe?

Recevoir le vaccin contre la grippe peut réduire le nombre de visites chez le médecin, d'hospitalisations et de décès pendant la saison de la grippe, particulièrement pour les personnes qui présentent un risque accru de maladie grave attribuable au virus de la grippe.

La vaccination est le meilleur moyen de vous protéger, votre famille et vous, ainsi que les autres membres de votre communauté, contre la grippe, une maladie souvent grave et parfois mortelle.

Les vaccins permettent de préparer votre système immunitaire pour que votre corps soit prêt à combattre une exposition éventuelle au virus.

¹ Agence de la santé publique du Canada

Vaccin contre la grippe saisonnière (influenza)

Qui devrait se faire vacciner contre la grippe?

Le vaccin antigrippal annuel est recommandé et offert gratuitement à tous les Manitobains de six mois et plus dans le cadre du calendrier de vaccination systématique du Manitoba.

Le vaccin contre la grippe saisonnière prend environ deux semaines avant de commencer à agir pleinement. Il est donc important que votre famille et vous-même vous fassiez vacciner tôt à l'automne, avant que le virus de la grippe se mette à circuler.

Le vaccin annuel contre la grippe est particulièrement important pour les Manitobains qui présentent un risque accru de tomber gravement malades à cause de la grippe, ainsi que pour leurs soignants et leurs proches. Ce sont notamment :

- les personnes âgées de 65 ans et plus;
- les résidents de foyers de soins personnels ou d'établissements de soins de longue durée;
- les enfants âgés de 6 à 59 mois;
- les personnes ayant les maladies chroniques suivantes :
 - un système immunitaire affaibli par une maladie ou un traitement médical,
 - des troubles cardiaques ou pulmonaires (p. ex., fibrose kystique, asthme),
 - n'état de santé nécessitant un traitement d'acide acétylsalicylique (Aspirin^{MD}) à long terme (pour les personnes âgées de 6 mois à 18 ans seulement),
 - des troubles neurologiques ou neurodéveloppementaux,
 - du diabète et d'autres maladies métaboliques,
 - une maladie du rein,
 - de l'anémie ou une hémoglobinopathie,
 - de l'obésité (indice de masse corporelle ≥ 40);
- les femmes enceintes;
- les travailleurs de la santé et les premiers intervenants;
- les personnes qui fournissent des services dans un cadre fermé ou relativement fermé à des personnes à risque élevé (p. ex., l'équipage d'un navire);
- les personnes qui fournissent des soins de santé communautaires essentiels;
- les personnes qui fournissent régulièrement des services de garderie à des enfants de cinq ans et moins;

- les contacts familiaux de toute personne présentant un risque accru de maladie grave causée par la grippe, y compris les nourrissons de moins de six mois et les femmes enceintes;
- les Autochtones.
- Les enfants âgés de moins de neuf ans qui n'ont jamais été vaccinés contre la grippe ont besoin de recevoir deux doses du vaccin à au moins quatre semaines d'intervalle pour obtenir une protection optimale contre la grippe. Une seule dose est nécessaire à chaque saison subséquente de la grippe.

Pour connaître la liste détaillée des ingrédients du vaccin antigrippal, veuillez consulter la monographie de produit du fabricant à propos du vaccin (voir les liens fournis sur le site Web du Manitoba consacré à la grippe saisonnière : www.manitoba.ca/health/flu/resources.fr.html) ou vous adresser à votre fournisseur de soins de santé.

Qui ne devrait PAS se faire vacciner contre la grippe?

Les personnes suivantes ne devraient pas se faire vacciner contre la grippe :

- les enfants de moins de six mois;
- toute personne ayant eu une réaction allergique grave à une dose précédente d'un vaccin antigrippal;
- toute personne ayant eu une réaction allergique grave à un ingrédient d'un vaccin antigrippal (sauf les œufs);
- toute personne ayant présenté le syndrome de Guillain-Barré dans les six semaines suivant l'administration d'un vaccin antigrippal.

Le vaccin antigrippal à haute dose est approuvé pour les personnes âgées de 65 ans et plus. Les personnes de moins de 65 ans ne devraient pas recevoir le vaccin à haute dose; elles doivent plutôt recevoir le vaccin antigrippal standard.

Effets secondaires possibles du vaccin antigrippal

Santé Canada approuve les vaccins après un examen de leur qualité et de leur sécurité.

Les effets secondaires les plus courants du vaccin antigrippal à dose standard offert aux Manitobains de six mois et plus sont une douleur, une rougeur ou une enflure à l'endroit où le vaccin a été injecté.

Le vaccin antigrippal à haute dose contient plus de protéines du virus de la grippe (antigènes) que le vaccin standard et peut donc causer davantage de douleur, de rougeur ou d'enflure à l'endroit où le vaccin a été administré.

Vaccin contre la grippe saisonnière (influenza)

Certaines personnes peuvent aussi avoir de la fièvre ou un mal de tête, ou ressentir de la fatigue. De l'acétaminophène (p. ex., Tylenol^{MD}, Tempra^{MD}) peut être administré pour soulager la fièvre et la douleur. Ne JAMAIS donner d'acide acétylsalicylique (p. ex., Aspirine^{MD}) à un enfant, car ce produit peut causer le syndrome de Reye, une grave maladie du foie et du cerveau.

Certaines personnes ont eu un syndrome oculorespiratoire commençant dans les 24 heures suivant l'administration d'un vaccin contre la grippe. Ce syndrome est défini comme la présence d'une rougeur oculaire bilatérale accompagnée ou non d'une enflure du visage ainsi qu'au moins un des symptômes suivants : toux, respiration sifflante, serrement de poitrine, difficulté à respirer et à avaler, voix rauque ou mal de gorge. Discutez avec votre fournisseur de soins de santé si vos enfants ou vous-même avez déjà eu un syndrome oculorespiratoire après l'administration d'un vaccin contre la grippe.

Il est important de rester pendant 15 minutes à la clinique après avoir reçu un vaccin, car il existe une très faible possibilité qu'une réaction allergique grave se produise. Ces réactions peuvent comprendre de l'urticaire, des difficultés respiratoires ou une enflure de la gorge, de la langue ou des lèvres. Si ces symptômes se manifestent après le départ de la clinique, il est important d'obtenir des soins médicaux immédiats.

Veillez signaler tout effet secondaire grave ou inattendu à un fournisseur de soins de santé.

Votre fiche d'immunisation

Veillez à ce que votre vaccinateur mette à jour votre fiche d'immunisation ou celle de vos enfants après l'administration d'un vaccin. Gardez la fiche en lieu sûr.

Tous les vaccins, y compris le vaccin contre la grippe, sont consignés dans la fiche d'immunisation de la personne dans le registre d'immunisation provincial. Ce registre :

- permet au fournisseur de soins de santé de savoir quels vaccins votre enfant ou vous-même avez reçus ou avez besoin de recevoir;
- peut servir à produire des fiches d'immunisation, ainsi qu'à vous avertir ou à avertir votre fournisseur de soins de santé si une immunisation a été manquée;
- permet au ministère de la Santé et aux responsables de la santé publique de surveiller l'efficacité des vaccins pour prévenir des maladies.

La Loi sur les renseignements médicaux personnels protège vos renseignements et ceux de vos enfants. Vous pouvez demander à ce que vos renseignements médicaux personnels et ceux de vos enfants ne soient pas visibles pour les fournisseurs de soins de santé. Pour en savoir plus, veuillez vous adresser à votre bureau de la santé publique local ou à votre fournisseur de soins de santé.

Si vous avez besoin de renseignements sur les immunisations que vous ou vos enfants avez reçues, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé. Les infirmières et infirmiers de la santé publique peuvent vous fournir une liste des vaccins que vous avez reçus. Veuillez vous adresser à votre bureau de la santé publique local pour obtenir une copie de votre fiche d'immunisation ou de celles de vos enfants.

Pour connaître la liste des bureaux de la santé publique, veuillez consulter le site : www.manitoba.ca/health/publichealth/offices.fr.html.

Pour en savoir plus sur la grippe ou les vaccins contre la grippe :

Parlez à votre fournisseur de soins de santé.

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

Ou consultez :

Programme manitobain de vaccination contre la grippe saisonnière :

www.manitoba.ca/health/flu/index.fr.html

Gouvernement du Canada :

www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/grippe-influenza.html

Immunsation Canada :

www.immunize.ca/fr

Les liens vers les monographies de produit pour tous les vaccins contre la grippe saisonnière utilisés se trouvent à l'adresse suivante :

www.gov.mb.ca/health/flu/resources.fr.html