

Vaccin contre la grippe saisonnière (influenza)

Fiche d'information de la santé publique

À titre de l'une des plus importantes réalisations dans le domaine de la santé publique, l'immunisation permet de circonscrire et d'éliminer la propagation des infections et des maladies. Les vaccins aident le 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. Le vaccin contre la grippe saisonnière met environ deux semaines à offrir une protection complète. Il est donc important que les membres de votre famille et vous-même soyez vaccinés avant que la maladie commence à circuler au Manitoba afin d'assurer votre protection et celle de votre entourage.

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, ou d'autres affections respiratoires, dont la COVID-19.

Le Manitoba offre actuellement des vaccins contre la grippe de type standard et à efficacité accrue. Ces vaccins vous protègent efficacement contre les souches de grippe jugées les plus susceptibles de causer la maladie. La version standard est offerte à toutes les personnes âgées de six mois et plus. Quant aux vaccins à efficacité accrue, qui sont recommandés pour les personnes âgées de 65 ans et plus, ils stimulent une réponse immunitaire plus forte chez les personnes présentant un risque élevé de complications graves. Pour en savoir plus sur les vaccins à efficacité accrue et les critères d'admissibilité applicables aux personnes de 65 ans et plus, consultez le site manitoba.ca/grippe.

Pourquoi devrait-on se faire vacciner contre la grippe?

La vaccination contre la grippe demeure le meilleur moyen de vous protéger, ainsi que de protéger votre famille et les autres membres de votre collectivité, contre cette maladie qui peut souvent être grave. Il a été démontré que le vaccin contre la grippe réduit les consultations médicales, les hospitalisations et les décès liés à la maladie, surtout chez les personnes vulnérables.

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.

Il est particulièrement important que les personnes suivantes se fassent vacciner contre la grippe en raison de leur risque accru de présenter une forme grave de la maladie :

- 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;

Vaccin contre la grippe saisonnière (influenza)

- 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),
 - un 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 guérisseurs traditionnels, 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 personnes dont les activités professionnelles ou récréatives augmentent le risque d'exposition aux virus de la grippe aviaire A(H5N1).

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 : manitoba.ca/health/flu/index.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.

Les personnes ayant une forte fièvre devraient attendre d'être rétablies avant de se faire vacciner. Le vaccin peut toutefois être administré en cas de maladie bénigne (comme un rhume).

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 des vaccins contre la grippe offerts aux Manitobains de six mois et plus sont une douleur, une rougeur ou une enflure à l'endroit où le vaccin a été injecté.

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}) 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

Vaccin contre la grippe saisonnière (influenza)

le départ de la clinique, il est important d'obtenir des soins médicaux immédiats.

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

Votre dossier de protection

Tous les vaccins que vous recevez sont enregistrés dans le registre d'immunisation provincial. Ce registre :

- permet à votre fournisseur de soins de santé de savoir quels sont les vaccins que 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 vous avez manqué une immunisation;
- permet au ministère de la Santé, des Aînés et des Soins de longue durée et aux responsables de la santé publique de surveiller l'efficacité des vaccins pour la prévention des maladies.

Pour savoir comment vous pouvez obtenir une copie de votre fiche d'immunisation, consultez le site manitoba.ca/health/publichealth/cdc/div/records.fr.html.

La Loi sur les renseignements médicaux personnels protège vos renseignements et ceux de vos enfants. Vous pouvez demander 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, consultez la page manitoba.ca/health/publichealth/surveillance/phims.fr.html.

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

- adressez-vous à votre fournisseur de soins de santé;
- téléphonez à Health Links – Info Santé au 204 788-8200 à Winnipeg ou (sans frais) au 1 888 315-9257 ailleurs au Manitoba;
- consultez le site Web du gouvernement du Manitoba sur la grippe saisonnière: manitoba.ca/health/flu/index.fr.html