



Pourquoi les personnes âgées devraient-elles être vaccinées contre la grippe (influenza)

Why Seniors Should Get the Influenza (Flu) Vaccine

Que devraient savoir les personnes âgées au sujet du vaccin antigrippal?

Le vaccin antigrippal ou contre l'influenza est une méthode sûre et efficace pour aider les gens à demeurer en santé, prévenir les maladies et même sauver des vies. En vieillissant, les gens courent plus de risques de souffrir de complications découlant de la grippe. Pour cette raison, on conseille aux personnes âgées de 65 ans et plus de se faire vacciner contre la grippe chaque année.

Le vaccin antigrippal est gratuit pour les personnes âgées. Pour obtenir votre vaccin antigrippal, appelez votre médecin ou votre unité de santé publique locale.

Le vaccin antigrippal est sûr. Il contient des virus grippaux morts qui ne peuvent pas causer la grippe. Les réactions courantes au vaccin incluent de la douleur ou de la rougeur au point d'injection pendant un à deux jours.

Après l'immunisation, des symptômes bénins peuvent se déclarer chez certaines personnes, en particulier celles qui se font administrer le vaccin antigrippal pour la première fois. Les symptômes peuvent inclure de la fièvre, des maux de tête et des douleurs musculaires, qui peuvent apparaître dans les 6 à 12 heures suivant la vaccination et qui cesseront au bout de 24 à 48 heures. Ces symptômes sont moins graves et durent moins longtemps qu'une infection grippale.

À quel moment les personnes âgées devraient-elles se faire vacciner contre la grippe?

Pour les personnes âgées, il est important de se faire vacciner avant le début de la saison de la grippe.

En Colombie-Britannique, le vaccin est habituellement disponible en octobre. Pour une protection optimale, vous devriez essayer de vous faire vacciner le plus tôt possible. Cela donne à votre organisme le temps nécessaire – environ deux

semaines – pour développer son immunité avant le début de la saison de la grippe. Cette immunité se maintient durant la saison de la grippe, qui prend fin habituellement en avril.

En plus du vaccin antigrippal, les personnes âgées devraient se faire vacciner contre les infections pneumococciques. Le vaccin antipneumococcique protège contre les infections du cerveau, du système sanguin, des poumons ou des oreilles. On peut recevoir ces deux vaccins au même moment sans danger. La plupart des gens n'ont besoin que d'une dose du vaccin antipneumococcique et n'auront pas besoin d'une injection de rappel.

La vaccination antigrippale pour les fournisseurs de soins

La vaccination antigrippale est encouragée et administrée gratuitement dans le cas des membres de la famille, des fournisseurs de soins et des contacts familiaux des personnes âgées.

Qui ne devrait pas se faire vacciner contre la grippe?

Consultez votre médecin ou une infirmière en santé publique si :

- Vous avez eu auparavant une réaction qui aurait pu être fatale à une dose de vaccin antigrippal ou à une de ses composantes.
- Vous souffrez d'une grave allergie aux œufs.
- Vous avez souffert du syndrome de Guillain-Barré (SGB) dans les 8 semaines suivant l'administration d'un quelconque vaccin antigrippal. Le SGB est une maladie rare qui peut provoquer de la faiblesse, voire une paralysie des muscles du corps.

Qu'est-ce que la grippe?

La grippe est une infection causée par le virus de l'influenza (ou virus grippal).

Les symptômes peuvent inclure de la fièvre, des maux de tête, des douleurs musculaires, de l'écoulement nasal, des maux de gorge, une fatigue

extrême et de la toux. Bien que des infections à d'autres virus puissent provoquer des symptômes similaires dont la fièvre et la toux, ceux du virus grippal ont tendance à être plus graves.

Vous pouvez réduire le risque d'attraper la grippe ou de la transmettre aux autres en faisant ce qui suit :

- en vous lavant les mains régulièrement;
- en jetant rapidement les mouchoirs de papier dans une corbeille à papier ou une poubelle;
- en toussant et en éternuant dans votre manche plutôt que dans vos mains;
- en restant à la maison quand vous êtes malade;
- en vous faisant vacciner contre la grippe.

Comment la grippe se propage-t-elle?

La grippe se propage aisément d'une personne à une autre par la toux, les éternuements ou par les contacts rapprochés. Le virus peut aussi se transmettre lorsqu'une personne touche aux gouttelettes résultant de la toux et des éternuements se trouvant sur une autre personne ou un objet, et se touche ensuite les yeux, la bouche ou le nez avant de se laver les mains.

Les symptômes peuvent se déclarer chez une personne après un à quatre jours, ou en moyenne deux jours, après sa première exposition au virus grippal. Habituellement, la fièvre et les autres symptômes peuvent durer de sept à dix jours, alors que la toux et la faiblesse pourront se prolonger entre une et deux semaines de plus.

Une personne infectée peut transmettre le virus grippal même avant de se sentir malade. Un adulte peut transmettre le virus environ un jour avant le début des symptômes et jusqu'à cinq jours après leur apparition. Les enfants peuvent propager le virus jusqu'à 21 jours après le début des symptômes.

À quel point la grippe est-elle grave?

La grippe diminue la capacité de l'organisme à combattre d'autres infections. La pneumonie bactérienne, qui est une infection des poumons, est la complication la plus courante provoquée par la grippe, particulièrement chez les personnes âgées. La grippe peut aussi donner lieu à plus de complications chez les personnes atteintes de problèmes cardiaques, pulmonaires ou d'autres problèmes de santé. Ces complications peuvent parfois être mortelles.

Pour plus de renseignements

Pour plus de renseignements sur la grippe, consultez les HealthLink BC Files [fiches santé de la C.-B.] suivantes :

[N° 12b Faits sur la grippe \(influenza\)](#)

[N° 12c Immunisation contre la grippe \(influenza\) : mythes et réalités](#)

[No 12d Le vaccin antigrippal \(contre l'influenza\)](#)

Pour obtenir des renseignements sur l'infection pneumococcique et le vaccin antipneumococcique, consultez la HealthLink BC File [fiche santé de la C.-B.] [N° 62b Le vaccin antipneumococcique polysaccharidique.](#)

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLink BC File, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm ou votre unité de santé publique locale.

Pour obtenir des renseignements sur la santé et des services de santé non urgents, cliquez sur www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** en C.-B.

Les personnes sourdes ou malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le 7-1-1 en C.-B.

Des services de traduction dans plus de 130 langues sont disponibles sur demande.



ImmunizeBC



BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY