



# Immunisation contre la grippe (influenza) : mythes et réalités

## Influenza (Flu) Immunization: Myths and Facts

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. Le virus grippal (ou virus de l'influenza) peut provoquer des maladies graves et même la mort chez les personnes atteintes de certains problèmes de santé chroniques. Le vaccin antigrippal est la meilleure protection qui soit contre la grippe (ou influenza) et ses complications.

Beaucoup de gens utilisent le terme « grippe » pour désigner toute maladie causée par un virus, comme la « grippe intestinale » ou le rhume ordinaire. Toutefois, le virus grippal cause des maladies qui ont tendance à être plus graves que celles que provoquent d'autres virus.

Cette HealthLink BC File [fiche santé de la C.-B.] présente des renseignements sur les mythes et les réalités associés à la grippe et à l'immunisation ou la vaccination contre cette maladie.

**Mythe:** La grippe n'est pas une maladie grave.

**Réalité:** Durant les années où la grippe est répandue en C.-B., des centaines de personnes peuvent mourir de cette maladie ou de ses complications, comme la pneumonie. La grippe peut entraîner des maladies graves chez les personnes âgées de 65 ans et plus, ainsi que chez d'autres groupes à risque élevé.

**Mythe:** Je n'ai jamais eu la grippe. Je n'ai donc pas besoin de me faire vacciner.

**Réalité:** Les virus grippaux changent souvent ou sont en mutation fréquente. La plupart des gens peuvent attraper la grippe plusieurs fois au cours de leur vie. Le vaccin antigrippal constitue la meilleure protection contre le virus grippal.

**Mythe:** Le vaccin antigrippal peut vous donner la grippe.

**Réalité:** Le vaccin antigrippal administré par injection ne peut pas vous donner la grippe. Il contient des virus grippaux morts qui ne peuvent pas causer d'infection. Les réactions courantes au vaccin antigrippal peuvent inclure de la douleur, de la rougeur et de l'enflure au point d'injection.

Les autres symptômes peuvent comprendre de la fièvre, des maux de tête et des courbatures pouvant durer d'une à deux journées. Le vaccin vivant administré en vaporisateur nasal contient des virus grippaux atténués et a le potentiel de provoquer des symptômes bénins, comme l'écoulement nasal, l'irritation de la gorge et de la fièvre. Par précaution, certaines personnes, comme celles qui souffrent d'asthme grave ou dont le système immunitaire est affaibli, ne devraient pas recevoir le vaccin vivant.

**Mythe:** Le vaccin antigrippal provoque des réactions ou des effets secondaires graves.

**Réalité:** Le vaccin antigrippal est sûr. La plupart des gens n'éprouvent qu'une rougeur ou une douleur au point d'injection du vaccin. Certaines personnes, particulièrement celles qui se font administrer le vaccin pour la première fois, peuvent ressentir des courbatures ou de la fatigue. Les personnes qui reçoivent le vaccin antigrippal vivant, qui est administré par vaporisateur nasal, peuvent avoir un écoulement nasal, de la congestion nasale ou de la toux. Ces symptômes sont moins graves que ceux d'une infection grippale et durent peu de temps.

Le syndrome de Guillain-Barré (SGB), qui est une forme de paralysie, est habituellement temporaire et peut se manifester après certaines infections courantes. Le SGB peut être associé au vaccin antigrippal dans environ un cas par million de personnes vaccinées.

**Mythe:** Recevoir le vaccin antigrippal chaque année affaiblit mon système immunitaire.

**Réalité:** Au lieu d'affaiblir votre système immunitaire, le vaccin antigrippal le renforce et vous protège contre le virus.

**Mythe:** Je ne devrais pas me faire vacciner contre la grippe, parce que j'ai des allergies.

**Réalité:** La plupart des gens qui souffrent d'allergies peuvent se faire administrer le vaccin antigrippal sans aucun problème. Toutefois, si vous avez eu une grave réaction allergique à une dose précédente du vaccin antigrippal, aux

œufs ou à toute autre composante du vaccin, parlez-en à votre médecin. Vous pourriez devoir subir des tests de dépistage d'allergies avant d'être immunisé.

**Mythe:** Le vaccin antigrippal protège contre les virus ou les bactéries qui provoquent les rhumes ou les maladies gastriques.

**Réalité:** Le vaccin ne protège pas contre les virus ou les bactéries qui causent le rhume ou les maladies gastriques, souvent appelées « grippe intestinale ». Le virus antigrippal est très différent et plus grave que ceux qui provoquent le rhume ordinaire ou la grippe intestinale. Le vaccin antigrippal protège uniquement contre les virus qui causent la grippe.

**Mythe:** Le vaccin n'est pas efficace, parce que j'attrape tout de même la grippe.

**Réalité:** Durant toute l'année, de nombreux types de virus différents provoquent des symptômes semblables à ceux de la grippe. Il ne s'agit pas, en fait, du virus grippal.

Le vaccin antigrippal protège contre les trois souches de virus grippal qui, d'après les spécialistes de la santé, sont les plus susceptibles de provoquer la grippe durant l'hiver. Il ne protège pas contre les autres virus qui provoquent des maladies semblables, comme le virus respiratoire syncytial ou le virus parainfluenza. Comme les souches du virus grippal changent presque tous les ans, vous devez recevoir le vaccin antigrippal chaque année, pour vous protéger contre les nouvelles souches.

Lorsque les souches contenues dans le vaccin coïncident avec celles qui circulent dans la communauté, le vaccin empêche plus de 7 personnes vaccinées sur 10 d'attraper la grippe. Chez les personnes âgées et les gens atteints de certaines maladies chroniques, le vaccin peut ne pas prévenir l'infection complètement, mais il peut en réduire les symptômes, les complications et le risque d'en mourir.

**Mythe:** Je suis enceinte et je ne devrais pas me faire vacciner contre la grippe.

**Réalité:** Le vaccin antigrippal est considéré comme étant sûr à tout stade de la grossesse. Les femmes qui en sont à la deuxième moitié de leur grossesse courent un risque plus élevé d'être hospitalisées en raison de la grippe. De plus, les femmes enceintes atteintes de certaines maladies chroniques comme le diabète ou l'asthme, ou qui travaillent comme fournisseuses de soins de santé, devraient se faire immuniser à tout stade de leur grossesse. Le caractère sécuritaire du vaccin antigrippal administré en vaporisateur nasal à une femme enceinte n'a pas été déterminé. Par conséquent, les femmes enceintes ou qui prévoient le devenir devraient se faire administrer le vaccin antigrippal par injection, car il contient des virus grippaux morts qui ne peuvent pas causer d'infection.

Si elles n'ont pas été immunisées durant la grossesse, les mères de bébés et de tout-petits de moins de 2 ans devraient se faire administrer le vaccin antigrippal. Les enfants de moins de 2 ans courent un risque élevé d'hospitalisation en raison de la grippe. Les bébés de moins de 6 mois ne peuvent pas être vaccinés, parce que leur réaction immunologique au vaccin n'est pas assez forte.

La vaccination des mères, de leurs contacts familiaux et des personnes avec qui elles sont en contact rapproché, y compris le personnel des garderies, peut contribuer à protéger les enfants qui sont trop jeunes pour être immunisés ainsi que les bébés et les tout-petits qui pourraient être plus gravement malades de la grippe que les enfants plus âgés.

**Mythe:** J'allaite mon bébé et je ne devrais pas me faire vacciner contre la grippe.

**Réalité:** L'allaitement des bébés après l'administration du vaccin antigrippal à leur mère est sans danger. Les femmes qui allaitent devraient se faire administrer le vaccin antigrippal par injection, car il contient des virus grippaux morts qui ne peuvent pas causer d'infection.

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

[N° 12a Pourquoi les personnes âgées devraient-elles être vaccinées contre la grippe \(influenza\)?](#)

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

[N° 12d Le vaccin antigrippal \(contre l'influenza\)](#)

[N° 87 Le norovirus \(grippe intestinale\)](#)

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLink BC File, visitez [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm](http://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](http://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.