

Questions fréquentes en relation avec l'Influenza (grippe)

Trouvez des réponses aux questions fréquentes au HealthLinkBC 8-1-1 et nos navigateurs et infirmières accréditées de service de la santé sauront vous répondre au sujet de l'Influenza. Apprenez comment elle se propage, le délai d'apparition des symptômes après l'exposition au virus ainsi que ceux à rechercher. Découvrez quelles actions peuvent aider à prévenir l'influenza, de la vaccination au lavage des mains. Vous pouvez également trouver plus de ressources à propos [de l'influenza dans notre section santé sur notre site Internet](#).

Renseignements généraux sur l'Influenza

1. Quelle est la cause de l'Influenza ?

L'Influenza ou « grippe » est une maladie infectieuse logée dans les voies respiratoires supérieures, causée par le virus de l'Influenza.

2. Quels sont les symptômes de l'Influenza ?

Les symptômes de l'Influenza peuvent inclure de la fièvre, des maux de tête, des douleurs musculaires, avoir le nez qui coule, des maux de gorge et une fatigue extrême et de la toux. Les enfants peuvent même avoir des nausées, des vomissements ou de la diarrhée. Même s'il est possible que des infections provenant de d'autres virus puissent présenter des symptômes semblables, ceux de l'influenza ont tendance à être plus sévères.

3. Comment l'Influenza se propage-t-elle ?

L'influenza se propage facilement de personne en personne par la toux, les éternuements et les contacts directs. Le virus peut également se propager si une personne touche une petite particule de sécrétion provenant d'une personne atteinte ou d'un objet ayant été contaminé puis si celle-ci touche ses yeux, sa bouche ou son nez avant de se laver les mains.

Une personne infectée peut répandre le virus de l'influenza sans être déjà malade. Un adulte peut propager le virus environ 1 journée avant que les symptômes n'apparaissent jusqu'à 5 jours après. Les jeunes enfants peuvent propager le virus sur une plus longue période de temps.

4. Quel est le délai d'apparition des symptômes après avoir été exposé au virus ?

Les symptômes peuvent commencer environ 1 à 4 jours, voire une moyenne de 2 jours après qu'une personne a été exposée au virus de l'influenza. La fièvre et les autres symptômes peuvent durer de 7 à 10 jours, mais la toux et la fatigue peuvent s'étendre jusqu'à 1 à 2 semaines.

5. Quel traitement est efficace contre l'influenza ?

Si vous attrapé l'influenza le traitement à domicile peuvent aider à atténuer les symptômes. Suivez les indications ci-bas :

- Reposez-vous
- Buvez plus de liquides afin de remplacer celui perdu par la fièvre
- Évitez de fumer et demandez aux autres de ne pas fumer dans la maison
- Respirez de l'air humidifié provenant d'une douche chaude ou d'un évier rempli d'eau chaude afin d'aider à libérer un nez bouché.
- Il est possible d'obtenir par prescription des médicaments et antivirus contre l'influenza. Vous devez les prendre dans les 48 heures après l'apparition de vos symptômes afin qu'ils soient le plus efficace. Si vous les prenez dans les 12 heures, ils diminueront les symptômes d'environ 3

jours. Si vous les prenez dans les 2 jours suivant l'apparition de vos symptômes, ceux-ci seront atténués d'environ 1,5 jours.

- Des médicaments antitussifs et contre la grippe sans prescription sont disponibles également pour atténuer les symptômes de l'influenza. Ces médicaments ne sont pas recommandés pour les enfants de moins de 6 ans.

6. Comment prévenir l'influenza ?

Vous pouvez réduire le risque de contagion ou de propagation du virus aux autres en :

- Vous lavant les mains régulièrement
- Nettoyant et désinfectant souvent les objets et les surfaces touchés par plusieurs personnes
- Éliminant rapidement les mouchoirs souillés dans la poubelle ou autre.
- Le fait de tousser ou d'éternuer dans votre manche de chandail au lieu de vos mains
- Restant à la maison lorsque vous êtes malade
- Demandant le vaccin contre l'influenza

Se faire vacciner contre l'influenza peut vous aider à ne pas contracter l'influenza et ainsi éviter de le propager aux autres.

7. Quels sont les risques et les complications reliés à l'influenza ?

L'influenza peut causer de graves maladies et peut entraîner l'hospitalisation, voire la mort. Une personne atteinte de l'influenza est à risque de contracter d'autres infections, notamment des virus et bactéries virales telles la pneumonie, ce qui est une infection des poumons.

Les jeunes enfants et les aînés sont surtout vulnérables et à risque élevé de maladies graves causées par l'influenza. Si vous êtes enceinte ou si vous êtes atteint de conditions médicales graves, vous êtes également à risque élevé.

Pour les gens ayant des maladies chroniques, l'influenza peut causer la pneumonie ou d'autres complications respiratoires graves.

8. Quand devriez-vous voir votre spécialiste des soins de santé ?

Consultez sans tarder votre spécialiste de la santé si vous développez des symptômes semblables à ceux de l'influenza ou si vous êtes atteint d'une condition qui vous met dans une condition pouvant entraîner des complications ou à risque élevé.

Téléphonez à votre spécialiste de la santé si vous développez des symptômes reliés à une infection bactérienne ayant des écoulements nasaux avec :

- Mal d'oreille
- Écoulement nasal passant du clair à du mucus coloré après 7 à 10 jours
- Fièvre persistante
- Toux grave
- Maux de sinus
- Maux de gorge
- Mucus jaunâtre ou verdâtre taché de sang

Vous devriez également téléphoner à votre spécialiste de la santé si vos symptômes s'aggravent, tels souffle court ou difficulté à respirer, douleurs thoraciques ou signes de déshydratation (étourdissements lorsque vous êtes debout ou si votre quantité d'urine est faible).

Recommandations des vaccins

1. Comment fonctionne le vaccin contre l'influenza ?

Le vaccin contre l'influenza crée des anticorps dans le corps humain pour une durée d'environ deux semaines après le vaccin. Ces anticorps vous protègent contre l'infection potentielle car ils sont présents dans le vaccin.

Un vaccin contre l'influenza est nécessaire annuellement car les virus de l'influenza sont en constante évolution. Chaque année les virus utilisés pour faire le vaccin changent également afin de vous protéger contre les virus qui circulent à chaque année. De plus, la protection du vaccin contre l'influenza diminue avec le temps.

2. Qui devrait se faire vacciner contre l'influenza ?

Le Comité national consultatif du Canada de l'immunisation (Canada's National Advisory Committee on Immunization) recommande que tous les individus âgés de 6 mois et plus se fassent vacciner. Les gens à risque élevé de maladie grave dérivant de l'influenza incluent les enfants de 6 mois à moins de 5 ans et les personnes âgées de 65 ans et plus. Vous êtes également à risque élevé si vous êtes enceinte ou avez certaines conditions médicales.

En C.B., le vaccin contre l'influenza et la grippe est gratuit cette année pour les personnes à risque élevé de contracter une maladie grave dérivée de l'influenza. Il est également gratuit pour les personnes aptes à transmettre ou propager l'influenza aux gens à risques élevés de contracter des maladies graves dérivées de l'influenza ou d'autres groupes de gens qui sont impliqués dans des services communautaires tels les policiers, pompiers et ambulanciers. Les fermiers et ceux travaillant dans le domaine avicole sont également inclus dans ce groupe.

Pour en apprendre davantage afin de savoir si vous êtes éligible pour obtenir le vaccin gratuitement voir [HealthLinkBC File n° 12d Vaccin inactivé contre l'influenza \(grippe\)](#).

3. Qui ne devrait pas se faire vacciner contre l'influenza ?

Parlez-en à votre spécialiste de la santé si vous :

- Avez déjà eu des réactions allergiques sérieuses provenant d'une dose du vaccin contre l'influenza par le passé ou autres parties intégrale du vaccin (les gens ayant des allergies aux œufs peuvent être immunisés de façon sécuritaire).
- Si vous souffrez d'un syndrome oculo-respiratoire après avoir reçu un vaccin anti-grippal.
- Avez développé le Syndrome Guillain-Barré (SGB) dans les 8 semaines suivant le vaccin contre l'influenza sans aucune autre cause connue ou identifiée.
- Si vous recevez un inhibiteur de point de contrôle pour traiter le cancer. Ceci pourrait affecter votre capacité à vous faire vacciner

4. Mon enfant âgé de moins de 6 mois devrait-il se faire vacciner ?

Les enfants de moins de 6 mois ne devraient pas se faire vacciner car l'efficacité n'est pas reconnue.

5. Je ne me sens pas bien. Devrais-je me faire vacciner ?

Il n'y a aucun besoin de reporter l'immunisation à plus tard à cause de la grippe ou une autre maladie bénigne. Par contre, parlez-en à votre spécialiste de la santé si vous avez des doutes.

6. Quelle est la politique de prévention pour l'influenza ?

La C.-B. offre une politique de prévention contre l'influenza afin de protéger les gens à haut risque. Les travailleurs de la santé doivent être immunisés contre l'influenza ou porter un masque lorsqu'ils sont dans les zones de traitement des patients durant la saison d'éclosion de l'influenza. On s'attend

également à ce que les étudiants, les bénévoles et les visiteurs des centres de santé et d'autres endroits de traitement des patients portent un masque s'ils n'ont pas reçu le vaccin contre l'influenza.

Les populations risquées (les enfants, les femmes enceintes, les gens âgés, certaines conditions médicales)

1. Puis-je me faire vacciner si je suis enceinte ?

Le vaccin inactif contre l'influenza ou anti-grippe est sécuritaire pour les femmes enceintes. Si vous êtes au second trimestre de votre grossesse vous courez un risque plus élevé d'hospitalisation suite à des complications de l'influenza surtout durant le dernier trimestre. Durant toute la grossesse, si vous avez une condition chronique, vous êtes à haut risque de complications dues à l'influenza et vous devriez être immunisé. Si vous êtes enceinte ou si vous prévoyez le devenir vous devriez recevoir le vaccin ou l'anti-grippe qui contient les virus reliés à l'influenza ne pouvant pas causer l'infection.

2. Puis-je être vacciné durant l'allaitement ?

Il est sécuritaire pour les mères d'allaiter leurs bébés après une vaccination.

3. Mon bébé de 3 mois peut-il être vacciné ?

Les enfants de moins de 6 mois ne devraient pas se faire vacciner car l'efficacité du vaccin n'est pas reconnue.

4. Les personnes âgées peuvent-elles se faire vacciner contre l'influenza ?

Le vieillissement peut être associé à un risque plus élevé de complications provenant de l'influenza. Pour cette saison, les personnes âgées de 65 ans ou plus sont avisées de se faire vacciner annuellement.

5. Les individus atteints de conditions neurologiques ou du neurodéveloppement devraient-ils se faire vacciner ?

Les enfants et les adultes atteints de conditions neurologiques sont des groupes à qui l'on recommande l'immunisation contre l'influenza.

Sécurité du vaccin

1. Le vaccin de l'influenza est-il sécuritaire ?

Les vaccins contre l'influenza sont sécuritaires. La plupart des gens se faisant vacciner contre la grippe ont une légère douleur et des rougeurs ou de l'enflure à l'endroit où le vaccin a été administré. Certaines personnes, surtout celles se faisant vacciner pour la première fois, peuvent avoir un mal de tête, musculaire ou être fatiguées.

2. Le vaccin est-il sécuritaire si je suis enceinte ?

Le vaccin inactif contre l'influenza ou anti-grippe est sécuritaire pour les femmes enceintes. Si vous êtes au second trimestre de votre grossesse vous courez un risque plus élevé d'hospitalisation due à des complications de l'influenza surtout durant le dernier trimestre. Également, durant la grossesse, les femmes atteintes de conditions médicales chroniques sont à haut risque de complications reliées à l'influenza et devraient être immunisées.

3. Le vaccin est-il sécuritaire pendant que j'allait ?

Il est sécuritaire pour les mères d'allaiter leurs bébés après une vaccination.

4. Mon enfant peut-il se faire vacciner si un de nous deux a un rhume ?

Il n'y a aucun besoin de reporter l'immunisation à plus tard à cause de la grippe ou d'une autre maladie bénigne. Mais, parlez-en à votre spécialiste de la santé si vous avez des doutes.

5. Je suis allergique aux œufs; puis-je me faire vacciner ?

La plupart des gens ayant des allergies peuvent avoir vaccin sans problème. Mais, si vous avez de sévères réactions allergiques à une dose de vaccin contre l'Influenza ou une autre partie du vaccin, vous pourriez avoir besoin de passer un test contre les allergies avant d'être immunisé. Les gens ayant des allergies aux œufs peuvent être immunisés de façon sécuritaire avec le vaccin contre l'influenza.

Autres questions sur la vaccination contre l'influenza

1. Où puis-je me faire vacciner ? Vous pouvez obtenir le vaccin dans les [unités publiques de la santé](#), centres communautaires, maison de personnes âgées, bureaux médicaux, [cliniques voyages](#) et pharmacies pour les individus âgés de plus de 5 ans). Visitez le ImmunizeBC [pour trouver un centre de santé](#) près de chez vous.

2. Le vaccin contre l'influenza est-il gratuit ?

En C.-B., le vaccin est gratuit pour les gens à risque élevé de contracter l'influenza (comme de jeunes enfants ou les personnes âgées ainsi que les femmes enceintes ou ayant des conditions médicales), ainsi que les personnes pouvant propager l'influenza aux gens à risque élevé travaillant dans des services communautaires. Pour en apprendre davantage sur si vous êtes éligible pour obtenir le vaccin gratuitement voir [HealthLinkBC File n° 12d Vaccin inactivé contre l'influenza \(grippe\)](#).

3. Une fois vacciné contre l'influenza quel est le délai avant qu'il soit efficace ?

Il faut deux (2) semaines avant que le vaccin soit efficace.

Liens utiles

HealthLinkBC

- [Influenza \(HealthLinkBC caractéristique de la santé\)](#)
- [Pourquoi les personnes âgées devraient se faire administrer le vaccin antigrippal inactivé \(contre l'influenza\) \(HealthLinkBC File n° 12a\)](#)
- [Réalités sur l'influenza \(la grippe\) \(HealthLinkBC File n° 12b\)](#)
- [Immunisation contre l'influenza \(grippe\) : Mythes et réalités \(HealthLinkBC File n° 12c\)](#)
- [Vaccin inactivé contre l'influenza \(grippe\) \(HealthLinkBC File n° 12d\)](#)
- [Le vaccin conjugué contre le pneumocoque \(PCV 13\) \(HealthLinkBC File n° 62a\)](#)
- [Le vaccin antipneumococcique polysaccharidique \(HealthLinkBC File n° 62b\)](#)

BCCDC

- [Influenza](#)

ImmunizeBC

- [Influenza](#)
- [Questions fréquentes à propos des vaccins contre l'influenza](#)

Gouvernement du Canada

- [Grippe \(Influenza\)](#)

Dernière mise-à-jour : octobre 2019

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, visitez www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le **7-1-1**. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.