



## La saison de la grippe

Dernière mise à jour : **septembre 2024**

Les vaccins contre la grippe sont gratuits pour tout le monde à partir de 6 mois. Il est important de vous faire vacciner pour vous protéger pendant l'automne et l'hiver. Pour en savoir plus, visitez le [Gouvernement de la Colombie-Britannique : Vaccin antigrippal \(vaccin contre la grippe\)](#).

La grippe est une infection des voies respiratoires causée par le virus de l'influenza. Chaque année, il y a une période où elle se propage dans la province et provoque des maladies et des épidémies. C'est ce qu'on appelle la saison de la grippe. La saison grippale varie d'une année à l'autre. Elle se produit généralement à l'automne, en hiver et au début du printemps. En moyenne, elle commence en novembre ou en décembre et dure jusqu'en février ou en mars.

La gravité d'une infection grippale peut varier de légère à grave. Tomber malade de la grippe peut vous exposer à une maladie grave et à ses complications, y compris à d'autres infections. Il s'agit notamment d'une pneumonie virale ou bactérienne, qui affecte les poumons. Les complications peuvent être mortelles. Chaque année, de nombreux Canadiens meurent de la grippe et de ses complications.

Les symptômes de la grippe peuvent être similaires à ceux d'autres maladies respiratoires, notamment le rhume et la COVID-19. Utilisez [l'outil d'auto-évaluation de la COVID-19 de la Colombie-Britannique](#) pour savoir si vous ou les membres de votre famille avez besoin d'une évaluation ou d'un test de dépistage de la COVID-19. Pour en savoir plus sur les symptômes ainsi que sur la propagation et la prévention de l'infection, consultez la rubrique [Maladie à coronavirus \(COVID-19\)](#). Si vous êtes malade, restez à la maison jusqu'à ce que votre fièvre disparaisse pour aider à prévenir la propagation de la grippe ou potentiellement de la COVID-19. Évitez tout contact étroit avec d'autres personnes jusqu'à ce que vous vous sentiez suffisamment bien pour reprendre vos activités quotidiennes habituelles.

Comprendre ce qu'est vraiment la grippe saisonnière peut vous aider, vous et votre famille, à ne pas tomber malades. Renseignez-vous sur les complications de la grippe et sachez qui est le plus à risque.

## Qui devrait se faire vacciner contre la grippe?

Toutes les personnes de 6 mois et plus devraient obtenir un vaccin annuel contre la grippe, avec de rares exceptions. La vaccination est particulièrement importante pour les personnes à haut risque de maladie grave due à la grippe (comme les jeunes enfants, les femmes enceintes, les personnes âgées de 65 ans et plus et les personnes atteintes de certains troubles médicaux) et celles capables de la transmettre aux personnes à haut risque. Cet automne et cet hiver, toute personne de six mois et plus en Colombie-Britannique peut recevoir gratuitement le vaccin contre la grippe.

Les pharmaciens peuvent immuniser les personnes de 4 ans et plus avec des vaccins injectables et celles de 2 ans et plus avec le vaccin antigrippal par pulvérisation nasale.

## Sujets abordés

### Grippe

Pour en savoir plus sur la grippe, apprendre à la prévenir, reconnaître ses symptômes, connaître les traitements à domicile et plus encore, voir [Réalités sur la grippe \(influenza\) \(HealthLinkBC File n° 12b\)](#).

### Vaccinations antigrippales

Les vaccins antigrippaux sont un moyen sûr et le plus efficace d'aider les gens à rester en bonne santé, de prévenir les maladies et même de sauver des vies. Pour en savoir plus sur ces vaccins, cliquez sur les liens ci-dessous.

- [Vaccin inactivé contre la grippe \(HealthLinkBC File n° 12d\)](#)
- [Immunisation contre l'influenza \(grippe\) : Mythes et réalités \(HealthLinkBC File n° 12c\)](#)
- [Le vaccin vivant atténué contre la grippe \(HealthLinkBC File n° 12e\)](#)
- [Pourquoi les aînés devraient-ils se faire administrer le vaccin antigrippal inactivé? \(HealthLinkBC File n° 12a\)](#)

### Se laver les mains

Le lavage des mains est l'un des meilleurs moyens de rester en bonne santé et de garder les autres en bonne santé. Se laver régulièrement les mains peut aider à arrêter la propagation des microbes, y compris le virus qui cause la grippe. Pour en savoir plus, voir [Le lavage des mains : freinez la propagation des germes \(HealthLinkBC File n° 85\)](#).

## **Politiques et programmes de lutte contre la grippe**

- [Gouvernement de la Colombie-Britannique : Programme de lutte contre la grippe : Foire aux questions – Vaccin antigrippal](#) (en anglais seulement)
- [Gouvernement de la Colombie-Britannique : Programme de lutte contre la grippe : Foire aux questions – Port du masque](#) (en anglais seulement)
- [Gouvernement de la Colombie-Britannique : Politique antigrippale pour les visiteurs](#) (en anglais seulement)
- [Gouvernement de la Colombie-Britannique : Politique antigrippale pour les bénévoles](#) (en anglais seulement)
- [Gouvernement de la Colombie-Britannique : Politique provinciale de prévention de la grippe](#) (en anglais seulement)

## **Sites Web utiles**

### **Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique**

Le Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique fournit des services de promotion de la santé et de prévention des maladies, ainsi que des services de diagnostic et de traitement pour réduire les cas de maladies transmissibles ou chroniques, les cas de blessures et les risques environnementaux pour la santé. Il offre également un appui analytique et stratégique aux gouvernements et aux autorités sanitaires.

- [Influenza](#) (en anglais seulement)
- [Vaccins en Colombie-Britannique](#) (en anglais seulement)

### **Gouvernement de la Colombie-Britannique**

En savoir plus sur le [vaccin contre la grippe](#), y compris pourquoi il est important de se faire vacciner. Découvrez comment se faire vacciner contre la grippe et qui est admissible à l'immunisation.

## ImmunizeBC

ImmunizeBC s'efforce de réduire le nombre d'infections par des maladies évitables par la vaccination en Colombie-Britannique et fournit des informations sur les vaccinations aux individus, aux familles et aux prestataires de soins de santé. On y trouve également des outils pour que les familles de la province puissent être immunisées plus facilement. Pour savoir où vous pouvez trouver des cliniques de la grippe dans la province ou pour en savoir plus sur la grippe et le vaccin antigrippal, cliquez sur les liens ci-dessous.

- [Foire aux questions sur les vaccins antigrippaux](#) (en anglais seulement)
- [Vaccin contre l'influenza \(grippe\)](#) (en anglais seulement)

### Gouvernement du Canada

Obtenez des réponses à de nombreuses questions sur la [grippe saisonnière](#), y compris les symptômes, les risques, le traitement et la prévention.

Les renseignements fournis dans la présente fiche santé portant sur la saison de la grippe sont adaptés des pages Web du [Comité consultatif national de l'immunisation de Santé Canada](#), consultées le 5 septembre 2023, ainsi que des pages Web (en anglais seulement) du [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : Vaccins in BC](#), consultées le 5 septembre 2023 et [d'ImmunizeBC - Influenza](#), consultées le 5 septembre 2023.

---

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) 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](http://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.