

Pourquoi les aînés devraient-ils se faire administrer le vaccin antigrippal inactivé?

Why seniors should get the inactivated influenza (flu) vaccine

Que devraient savoir les aînés sur le vaccin antigrippal inactivé?

Les vaccins antigrippaux sont une méthode sûre et efficace pour rester en santé, prévenir les maladies, voire sauver des vies. En vieillissant, on peut courir un plus haut risque de souffrir de maladies graves et de complications liées à la grippe. C'est pourquoi on conseille aux personnes de 65 ans et plus de se faire administrer chaque année le vaccin antigrippal inactivé. Le vaccin est disponible gratuitement. Vous trouverez des renseignements sur la prise de rendez-vous pour vous faire vacciner sur le site Web du gouvernement de la Colombie-Britannique à

www2.gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/immunizations/flu/fr.

Le vaccin antigrippal inactivé est sécuritaire. Il contient des virus grippaux morts ou des portions de virus qui ne peuvent causer la grippe. Pour obtenir davantage de renseignements, veuillez consulter le document

[HealthLinkBC File n° 12d Vaccin inactivé contre la grippe](#). Les réactions les plus courantes sont des rougeurs, de la douleur ou une enflure au point d'injection.

Après la vaccination, des symptômes légers peuvent se déclarer chez certaines personnes, en particulier celles qui reçoivent ce vaccin pour la première fois. Les autres symptômes possibles sont la fièvre, des maux de tête, des courbatures et de la fatigue, qui peuvent durer un ou deux jours. Ils sont moins graves et durent moins longtemps que la grippe.

Quand les aînés devraient-ils se faire vacciner contre la grippe?

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

En Colombie-Britannique, les vaccins antigrippaux se donnent habituellement en à partir d'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 (influenza). Cette immunité dure habituellement toute la saison de la grippe, qui se termine généralement en avril.

Qui ne devrait pas se faire vacciner contre la grippe?

Consultez votre fournisseur de soins de santé si :

- Vous avez déjà eu une réaction potentiellement mortelle à une dose de vaccin antigrippal ou à une de ses composantes. Les personnes qui souffrent d'allergies aux œufs peuvent se faire administrer le vaccin antigrippal sans danger
- Vous avez eu un grave syndrome oculorespiratoire (des yeux rouges, une toux, un mal de gorge ou un enrouement) après avoir reçu un vaccin antigrippal
- Vous avez été atteint du syndrome de Guillain-Barré (SGB) dans les 8 semaines suivant l'administration d'un vaccin antigrippal sans qu'une autre cause ait été déterminée

Le SGB est une maladie rare qui entraîne de la faiblesse et une paralysie des muscles. Il se produit plus souvent après une infection. Dans de rares cas, il peut également se manifester après l'administration de certains vaccins. Il peut

être associé à un vaccin antigrippal chez environ une personne vaccinée sur un million.

Qu'est-ce que la grippe?

La grippe est une infection des voies respiratoires causée par le virus de l'influenza. Les symptômes peuvent comprendre la fièvre, des maux de tête, des courbatures, des écoulements nasaux, des maux de gorge, une fatigue extrême et de la toux.

Les symptômes peuvent se déclarer environ un à 4 jours (en moyenne 2 jours) après votre première exposition au virus de la grippe. Habituellement, la fièvre et les autres symptômes peuvent durer de 7 à 10 jours, mais la toux et la faiblesse peuvent durer une ou 2 semaines de plus.

Même si des infections à d'autres virus peuvent provoquer des symptômes semblables, ceux du virus grippal ont tendance à être plus graves, avec un plus grand risque de complications.

Comment peut-on prévenir la grippe?

Vous pouvez réduire le risque de contracter et de transmettre la grippe en prenant les précautions suivantes :

- Vous faire vacciner contre la grippe
- Rester à la maison quand vous êtes malade
- Vous laver les mains régulièrement
- Tousser et éternuer dans la manche ou dans un mouchoir plutôt que dans les mains
- Jeter rapidement les mouchoirs de papier dans une corbeille ou une poubelle
- Nettoyer et désinfecter les objets et les surfaces qui sont souvent touchés

Afin d'éviter la propagation de la grippe chez les personnes âgées, les membres de la famille, les soignants et les contacts familiaux doivent se faire vacciner contre la grippe.

Comment la grippe se propage-t-elle?

La grippe se propage facilement d'une personne à l'autre par la toux, les éternuements ou les contacts rapprochés. Le virus peut également se propager si vous touchez de minuscules gouttelettes provenant de la toux ou d'un éternuement sur une autre personne ou sur un objet, puis si vous touchez vos propres yeux, votre bouche ou votre nez avant de vous laver les mains. Vous pouvez transmettre le virus grippal même avant de vous 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 jeunes enfants et les personnes dont le système immunitaire est affaibli peuvent propager le virus plus longtemps.

La grippe est-elle grave?

En plus de vous rendre malade, parfois gravement, la grippe réduit également 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 de la grippe, particulièrement chez les aînés. La grippe peut également entraîner des complications pour les personnes souffrant de problèmes cardiaques, pulmonaires ou autres. Ces complications peuvent parfois être mortelles.

Pour obtenir de plus amples renseignements

Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez les fiches HealthLinkBC suivantes :

- [HealthLinkBC File n° 12b Réalités sur la grippe](#)
- [HealthLinkBC File n° 12c Immunisation contre l'influenza \(grippe\) : Mythes et réalités](#)
- [HealthLinkBC File n° 12d Le lavage des mains: Freinez la propagation des germes](#)



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-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 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.