French - Number 12c
September 2020

# Immunisation contre l'influenza (grippe) : Mythes et réalités

## Influenza (Flu) Immunization: Myths and Facts

Les vaccins antigrippaux sont une méthode sûre et efficace pour aider les gens à rester en santé, à prévenir les maladies et même à sauver des vies. Le virus de la grippe peut causer des maladies graves et même la mort chez les personnes atteintes de certaines maladies chroniques.

Les vaccins contre la grippe disponibles en Colombie-Britannique sont des vaccins vivants atténués ou des vaccins inactivés. Le vaccin inactivé est constitué de virus morts et est administré par injection. Le vaccin vivant atténué est préparé à partir de virus affaiblis et est administré sous forme de vaporisation nasale.

De nombreuses personnes utilisent le terme grippe pour désigner toute maladie causée par un virus, telles que la gastro-entérite ou le rhume. Cependant, le virus de la grippe entraîne une maladie plus grave.

### Mythes et réalités sur la grippe et la vaccination antigrippale

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

**Réalité :** Lorsque la grippe est très répandue en Colombie-Britannique, des centaines de personnes risquent de mourir de la grippe ou de ses complications, comme la pneumonie. Elle peut entraîner des maladies graves chez les personnes de plus de 65 ans et dans les groupes de personnes à haut risque.

**Mythe :** Comme je n'ai jamais eu la grippe, je n'ai pas besoin de me faire vacciner.

**Réalité :** La plupart des gens peuvent contracter la grippe plusieurs fois dans leur vie. Le vaccin est la meilleure protection contre elle.

**Mythe :** Les vaccins contre la grippe peuvent me donner la grippe.

**Réalité :** Le vaccin inactivé ne vous donnera pas la grippe. Il contient des virus grippaux morts qui ne peuvent causer d'infection.

Le vaccin vivant atténué contient des virus affaiblis et est administré sous forme de vaporisation nasale. Les réactions courantes comprennent des symptômes bénins, tels que l'écoulement nasal, la congestion nasale, la toux, les maux de gorge et la fièvre. Ces symptômes sont moins graves et durent moins longtemps que la grippe.

Par précaution, les personnes ayant un système immunitaire affaibli ne devraient pas recevoir de vaccin vivant.

**Mythe :** Les vaccins contre la grippe provoquent des réactions graves ou des effets secondaires.

**Réalité :** Les vaccins contre la grippe sont sécuritaires. La plupart des gens qui reçoivent ce vaccin auront des rougeurs, de la douleur ou une enflure au point d'injection. Certaines personnes, en particulier celles qui le reçoivent pour la première fois, peuvent souffrir de maux de tête, de douleurs musculaires ou de fatigue. Les personnes qui reçoivent le vaccin vivant atténué peuvent avoir des symptômes grippaux bénins comme ceux décrits ci-dessus.

Le syndrome de Guillain-Barré 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 d'autres.

**Mythe :** Avoir un vaccin contre la grippe chaque année affaiblit mon système immunitaire.

**Réalité :** Parce que les souches du virus changent presque tous les ans, vous devez vous faire vacciner chaque année afin d'être protégés contre les

nouvelles souches. Les personnes qui reçoivent le vaccin chaque année sont mieux protégées que celles qui ne sont pas immunisées.

**Mythe :** Je ne devrais pas avoir de vaccin contre la grippe parce que j'ai des allergies.

**Réalité :** La plupart des personnes allergiques peuvent être vaccinées sans aucun problème. Toutefois, si vous avez eu une réaction allergique grave à une dose précédente du vaccin contre la grippe ou à toute composante du vaccin, parlez-en à votre fournisseur de soins de santé. Vous devrez peut-être effectuer des tests d'allergènes auparavant. Les personnes qui souffrent d'allergies aux œufs peuvent se faire administrer le vaccin antigrippal sans danger.

**Mythe :** Les vaccins contre la grippe protègent contre les virus ou les bactéries qui causent le rhume ou les gastro-entérites.

**Réalité :** Les vaccins antigrippaux ne protègent pas contre les virus ou les bactéries qui causent le rhume ou la gastro-entérite. Le virus de la grippe est très différent et provoque généralement des symptômes plus graves que ceux du rhume ou la gastro-entérite. Les vaccins antigrippaux protègent uniquement contre le virus de la grippe.

**Mythe :** Les vaccins ne sont pas efficaces, car j'attrape quand même l'influenza ou la grippe.

**Réalité :** Chaque année, différents types de virus peuvent causer des symptômes pseudo-grippaux, mais il ne s'agit pas du virus de la grippe.

Les vaccins contre la grippe protègent contre les souches que les professionnels de la santé jugent dangereuses pour la saison en cours. Ils ne protègent pas contre les autres virus qui causent des maladies similaires, comme le virus respiratoire syncytial ou virus du parainfluenza. Parce que les souches du virus changent presque tous les ans, vous devez vous faire vacciner chaque année afin d'être protégés contre les nouvelles souches.

Chez les personnes âgées et les personnes qui ont certains problèmes de santé chroniques, les vaccins ne peuvent complètement prévenir la grippe, mais ils peuvent atténuer les symptômes, les complications et le risque de décès causé par le virus de la grippe.

**Mythe :** Je suis enceinte et je ne devrais pas recevoir le vaccin contre la grippe.

**Réalité :** Le vaccin inactivé est considéré comme sécuritaire à tous les stades de la grossesse. Les femmes qui en sont à la seconde moitié de leur grossesse courent un risque plus élevé d'hospitalisation en raison de la grippe, en particulier au troisième trimestre. En outre, les femmes à tous les stades de la grossesse qui souffrent des maladies chroniques sont également plus à risque d'avoir des complications graves causées par le virus de la grippe et devraient être vaccinées.

On ne sait pas si le vaccin vivant atténué est sans danger pendant la grossesse. Les femmes enceintes ou celles qui envisagent de le devenir devraient recevoir le vaccin inactivé qui contient des virus grippaux morts qui ne peuvent causer d'infection.

**Mythe :** Je suis une mère qui allaite et je ne devrais pas recevoir le vaccin contre la grippe.

**Réalité :** Il n'y pas de danger pour l'allaitement des bébés après que la mère a reçu le vaccin.

## Pour de plus amples renseignements

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

- HealthLinkBC File n° 12a Pourquoi les personnes âgées devraient se faire administrer le vaccin antigrippal inactivé (contre l'influenza)
- HealthLinkBC File n° 12b Réalités sur la grippe
- HealthLinkBC File n° 12d Vaccin inactivé contre l'influenza (grippe)
- HealthLinkBC File n° 12e Le vaccin vivant atténué contre la grippe

BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority