

La vaccination contre l'influenza (la grippe) : mythes et réalités

Influenza (flu) immunization: Myths and facts

Le virus de la grippe peut causer des maladies graves et même la mort. Les vaccins antigrippaux sont une méthode sûre et efficace pour rester en santé. Les vaccins peuvent prévenir la grippe et ses complications, voire sauver des vies.

Les vaccins contre la grippe disponibles en Colombie-Britannique sont des vaccins inactivés ou des vaccins vivants atténués. Le vaccin inactivé est constitué de virus morts ou de portions de virus de la grippe 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 le rhume ou la gastro-entérite, ce qui peut porter à confusion. Cependant, le virus de la grippe entraîne une maladie respiratoire plus grave et est plus susceptible de causer des complications.

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 aînés 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 : Les symptômes de la grippe peuvent varier de légers à graves. La plupart des gens peuvent contracter la grippe plusieurs fois dans leur vie parce que le virus évolue au fil du temps. Se faire vacciner contre la grippe est le meilleur moyen de se protéger et de protéger les autres contre les complications liées aux formes graves de la maladie.

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

Réalité : Le vaccin inactivé administré par injection ne vous donnera pas la grippe. Le vaccin contient des virus grippaux morts ou des portions de virus qui ne peuvent causer une 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 que ceux causés par une infection grippale et durent moins longtemps.

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 sans danger. La plupart des gens qui reçoivent le vaccin inactivé contre l'influenza 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 (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. Le SGB est extrêmement rare après le vaccin contre la grippe (environ une personne sur un million). Le risque de SGB est beaucoup plus élevé en cas d'infection grippale.

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

Réalité : Avoir un vaccin contre la grippe chaque année n'affaiblit pas votre système immunitaire. Puisque 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 : Les vaccins contre la grippe sont sans danger pour la plupart des personnes qui souffrent d'allergies. 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 les maladies intestinales, souvent appelées la gastro-entérite. Le virus de la grippe est un virus respiratoire très différent et provoque généralement des symptômes plus graves que les virus qui causent le 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 la grippe.

Réalité : Chaque année, différents types de virus peuvent causer des symptômes pseudogrippaux, 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 le virus du parainfluenza. Puisque les souches du virus dans le vaccin changent presque tous les ans, vous devez vous faire vacciner chaque année afin d'être protégés contre les nouvelles souches.

Chez les aînés 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 mourir causé par le virus de la grippe.

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

Réalité : Le vaccin inactivé contre la grippe administré par injection est considéré comme sans danger à tous les stades de la grossesse. Les personnes qui en sont à la seconde moitié de leur grossesse courent un risque beaucoup plus élevé d'hospitalisation en raison de la grippe, en particulier au troisième trimestre. En outre, les personnes à tous les stades de la grossesse qui souffrent des maladies

chroniques sont également beaucoup plus à risque d'avoir des complications graves causées par le virus de la grippe et devraient être vaccinées. Se faire vacciner pendant la grossesse aide également à protéger votre bébé contre la grippe jusqu'à ce qu'il soit en âge de recevoir le vaccin contre la grippe lui-même, à l'âge de 6 mois.

Les femmes enceintes ou qui essaient de tomber enceintes ne devraient pas recevoir le vaccin antigrippal vivant atténué administré sous forme de vaporisation nasale.

Mythe : Je ne devrais pas me faire vacciner contre la grippe si j'allaité mon bébé.

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

Pour en savoir plus

Pour en savoir plus, consultez :

- [HealthLinkBC File n° 12a Pourquoi les aînés devraient se faire administrer le vaccin antigrippal inactivé \(contre l'influenza\)](#)
- [HealthLinkBC File n° 12b Les réalités sur la grippe](#)
- [HealthLinkBC File n° 12d Le vaccin inactivé contre l'influenza \(la grippe\)](#)
- [HealthLinkBC File n° 12e Le vaccin vivant atténué contre la grippe](#)



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, consultez www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files ou votre bureau de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, consultez 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.