

L'INFLUENZA ET LE VACCIN ANTI-GRIPPAL



Information à l'intention des patients

Dépliant réalisé par l'Association
des médecins d'urgence,
Hôpital Maisonneuve-Rosemont

Hôpital Maisonneuve-Rosemont

Adresse postale

5415, boul. de l'Assomption
Montréal QC H1T 2M4
Téléphone : (514) 252-3400
www.maisonneuve-rosemont.org

Tous droits réservés

©HMR, Programme-clientèle de Première ligne,
2006

CP-PRE-036

Pour vous, pour la vie

Qu'est-ce que l'influenza?

L'influenza, ou la grippe est une infection respiratoire causée par le virus grippal. Diverses souches (types) du virus circulent partout dans le monde, à longueur d'année, causant des éclosions locales.

Au Canada, la saison grippale s'étend normalement de novembre à avril et peut toucher de 10 à 25 % de la population canadienne chaque année.

Quels sont les symptômes ?

Principalement :

- maux de tête,
- frissons et fièvre,
- douleurs musculaires,

On retrouve aussi :

- toux,
- perte d'appétit,
- fatigue,
- écoulement nasal et éternuements,
- larmoiements,
- irritation de la gorge.

Chez les enfants, on retrouve parfois :

- Nausées, vomissements et diarrhée.

Lors d'un rhume, on a peu de température et peu ou pas de douleurs

musculaires. Lors d'une grippe, ces deux symptômes sont importants.

Est-ce dangereux ?

La plupart des gens infectés par la grippe se rétablissent complètement, une semaine à 10 jours après l'apparition des premiers symptômes.

Par contre, on estime qu'entre 4000 et 8000 personnes, des aînés surtout, meurent chaque année d'une pneumonie compliquant la grippe et plusieurs autres meurent à la suite d'autres complications graves.

Personnes à risque :

- les très jeunes enfants,
- les personnes âgées de plus de 65 ans,
- Les personnes atteintes de :
 - maladie respiratoire chronique,
 - maladie du rein,
 - maladie cardiaque,
 - diabète,
 - affaiblissement du système immunitaire par le cancer ou une infection à VIH.

Comment l'attrape-t-on ?

Par la respiration

Le virus grippal se propage par des gouttelettes projetées dans l'air par la toux ou les éternuements d'une personne infectée. Vous pouvez attraper la grippe en aspirant ces gouttelettes par le nez ou la bouche.

Par les yeux

- Ces mêmes gouttelettes peuvent vous infecter lorsqu'elles entrent en contact direct avec vos yeux.

Les mains

- Le virus grippal se trouve également sur les mains des personnes infectées ainsi que sur les surfaces infectées ainsi que sur les surfaces qu'elles touchent. Vous pouvez donc attraper le virus si vous leur serrez la main ou si vous touchez les surfaces contaminées et que vous transférez le virus à vos yeux, votre nez ou votre bouche.

Quel est le traitement ?

Si vous attrapez la grippe, vous devriez consommer plus de liquides (eau, jus, soupes) et vous reposer pendant sept à dix jours.

Il existe aussi de nouveaux médicaments contre la grippe, mais ils sont assez dispendieux et d'une efficacité très limitée. Si vous en prenez dans les 48 heures après l'apparition des symptômes, vous pourrez peut-être réduire d'un jour ou deux la durée de la maladie.

Dans le contexte actuel de menace de pandémie de grippe aviaire, l'utilisation de ce médicament est limitée et contrôlée.

Comment prévenir la grippe ?

La vaccination

Le meilleur moyen de se protéger contre la grippe est de se faire vacciner chaque automne.

Le vaccin antigrippal est composé de fragments du virus inactivé, mis en culture dans des oeufs de poule.

Lorsque vous vous faites vacciner contre la grippe, votre système immunitaire produit des anticorps. Lorsque vous êtes exposé au virus grippal, les anticorps aident à prévenir l'infection ou à en réduire la gravité. Ces anticorps demeurent efficaces pendant une période de quatre à six mois.

Comme les virus grippaux en circulation peuvent changer d'une année à l'autre, il faut revoir chaque année la composition du vaccin. C'est pourquoi il est nécessaire de se faire vacciner chaque automne.

Certaines personnes ne devraient pas se faire vacciner, notamment les enfants de moins de six mois et les personnes qui ont déjà souffert d'une allergie sévère aux oeufs ou à un vaccin.

Lavage des mains

Se laver les mains fréquemment est un bon moyen de réduire le risque d'infection par contact avec des surfaces contaminées.

Port d'un masque

Durant la saison grippale, si vous êtes atteint de la grippe, il est recommandé de porter un masque lorsque vous visitez un établissement de santé. Si vous n'êtes pas atteint, porter un masque vous protégera, puisqu'en période de grippe, le virus est très présent dans ces endroits.

Quels sont les effets secondaires du vaccin ?

D'abord, **le vaccin ne peut causer la grippe**, car il ne contient aucun virus vivant.

La principale raison pour se faire vacciner contre la grippe est donc de se protéger contre ses effets. De plus, cette précaution contribuera à protéger la santé d'autres Canadiens.

L'effet secondaire le plus couramment observé est une sensibilité au point d'injection, qui peut durer quelques jours.

D'autres effets, comme la fièvre, la fatigue et les douleurs musculaires, peuvent se manifester dans les six à douze heures après la vaccination ; ils disparaissent après une journée ou deux.

Après avoir reçu un vaccin antigrippal, certaines personnes souffrent du syndrome oculo-respiratoire, une affection qui se caractérise par une rougeur aux yeux et des symptômes respiratoires tels que la toux, une respiration sifflante, une gêne respiratoire, des difficultés respiratoires ou un mal de gorge. La plupart du temps, les symptômes sont bénins et disparaissent après 48 heures.

Le syndrome de Guillain-Barré, une maladie auto-immune qui s'attaque au système nerveux et occasionne de la faiblesse et des sensations anormales est un des effets secondaires possibles, bien que rares, du vaccin antigrippal. La plupart des sujets atteints se remettent toutefois complètement de la maladie. Le risque d'être atteint du syndrome de Guillain-Barré à la suite d'un vaccin antigrippal est de l'ordre de un sur un million.

Les réactions allergiques sévères au vaccin antigrippal sont rares.