

Pourquoi les aînés devraient se faire vacciner contre l'influenza (grippe) Why Seniors Should Get Influenza (Flu) Vaccinations

Qu'est-ce que l'influenza ?

L'influenza, souvent appelée la grippe, est une infection du nez, de la gorge et des poumons provoquée par un virus.

Les symptômes de l'influenza, qui se manifestent dans tout le corps, sont causés par la réaction immunitaire à l'infection, mais le virus se tient généralement dans les voies respiratoires. Ces symptômes comprennent fièvre, maux de tête, douleurs musculaires, écoulement nasal, maux de gorge, fatigue excessive et toux. Bien que le rhume et d'autres virus puissent provoquer des symptômes similaires, ceux du virus de l'influenza ont tendance à être plus graves. Un vaccin contre l'influenza, également connu sous le nom de vaccin contre la grippe, peut vous aider à ne pas attraper l'influenza ou la transmettre à d'autres. C'est la raison pour laquelle il est important que les personnes de 65 ans et plus et celles ayant des problèmes de santé se fassent immuniser chaque année.

Comment l'influenza se propage-t-elle ?

L'influenza se transmet facilement d'une personne à l'autre par la respiration, la toux et les éternuements. Le virus peut également se transmettre lorsqu'une personne entre en contact avec de petites gouttelettes résultant de toux ou d'éternuements, déposées sur une autre personne ou un objet, puis porte ses mains à la bouche ou au nez avant de se les être correctement lavées.

Les symptômes peuvent apparaître entre un et quatre jours environ, avec une moyenne de deux jours, après qu'une personne a été exposée pour la première fois au virus de l'influenza. La fièvre et les autres symptômes corporels peuvent généralement durer de 7 à 10 jours, tandis que la toux et la faiblesse peuvent se prolonger pendant une à deux semaines supplémentaires.

Une personne infectée peut transmettre le virus de l'influenza même avant de se sentir malade. Un adulte infecté peut transmettre le virus un jour environ avant

le début des symptômes et jusqu'à cinq jours après leur apparition. Les enfants peuvent propager le virus plus longtemps – jusqu'à 21 jours après l'apparition des symptômes.

L'influenza est-elle dangereuse ?

L'inquiétude majeure concernant l'influenza est qu'elle diminue les capacités de l'organisme à combattre d'autres infections. La pneumonie bactérienne est la complication la plus courante provoquée par l'influenza, en particulier chez les personnes âgées. L'influenza peut aussi causer plus de complications chez les personnes atteintes de problèmes cardiaques, pulmonaires ou autres. Ces complications peuvent parfois provoquer la mort.

Qu'est-ce que les personnes âgées devraient connaître concernant le vaccin contre l'influenza ?

Au fur et à mesure que les personnes vieillissent, elles deviennent plus enclines aux complications des infections. Les médecins considèrent que les aînés courent un risque élevé de tomber gravement malade de l'influenza et conseillent à toutes les personnes âgées de se faire vacciner chaque année. Le vaccin contre l'influenza est fourni gratuitement aux aînés. C'est une simple mesure préventive qui peut aider les personnes à rester en santé et même à sauver des vies.

Le vaccin contre l'influenza est sans danger. Il **ne peut pas** vous transmettre l'influenza, car il contient des virus de l'influenza tués qui ne peuvent pas causer d'infection. La plupart des personnes ne présentent aucun symptôme après avoir été vaccinées contre l'influenza. Certaines peuvent manifester une rougeur ou une douleur pendant un à deux jours à l'endroit où la piqûre a été administrée. Des symptômes bénins similaires à ceux de l'influenza peuvent survenir chez certaines personnes, en particulier chez celles qui se font vacciner pour la première fois. Les symptômes peuvent inclure fièvre légère, maux de tête et douleurs musculaires, débutant dans un délai de 6 à 12 heures mais se terminant sous 24 à 48 heures. Ces derniers sont bien

moins graves et ne durent pas aussi longtemps que l'infection réelle de l'influenza.

Certaines personnes atteintes de certaines maladies ou d'allergies ne devraient pas se faire vacciner contre l'influenza. Interrogez votre médecin ou votre infirmière de la santé publique si vous avez des questions.

Quand les aînés devraient-ils se faire vacciner contre l'influenza ?

Chez les aînés de 65 ans ou plus, la protection conférée par le vaccin contre l'influenza diminue dans un délai de six mois environ. C'est pourquoi il est important qu'ils se fassent vacciner contre l'influenza avant le début de la saison grippale qui est habituellement en décembre. En Colombie-Britannique, le vaccin commencera à être disponible début novembre. Il vaut mieux que le vaccin soit administré avant la fin du mois de novembre si possible afin de laisser suffisamment de temps à l'organisme - environ deux semaines - pour accroître l'immunité avant que la saison grippale ne commence. Se faire vacciner en novembre aidera aussi à maintenir l'immunité de l'organisme tout au long de la pleine saison grippale qui se situe habituellement entre décembre et mars. Le vaccin contre l'influenza peut cependant offrir une protection s'il est administré à n'importe quel moment pendant la saison grippale.

En plus du vaccin contre l'influenza, les personnes âgées de 65 ans ou plus devraient se faire vacciner contre l'infection pneumococcique. Le vaccin pneumococcique protégera des infections pneumococciques du cerveau (méningite), du système sanguin (bactériémie), des poumons (pneumonie) ou des oreilles (otite moyenne). Il n'est pas dangereux de se faire vacciner contre l'influenza et l'infection pneumococcique en même temps. Cependant, le vaccin contre l'infection pneumococcique protège pendant plusieurs années et ne devrait PAS être administré chaque année.

La vaccination contre l'influenza des travailleurs sociaux

On encourage les travailleurs sociaux, les professionnels de la santé et ceux qui sont en contact

étroit avec les aînés à se faire vacciner contre l'influenza. Le vaccin contre l'influenza est aussi en vente libre pour les personnes qui ne remplissent pas les conditions pour son obtention gratuite. Pour savoir qui a droit au vaccin gratuitement, veuillez consulter le dossier santé de Colombie-Britannique [n° 12d Les programmes d'immunisation contre l'influenza \(grippe\) en Colombie-Britannique](#).

Pour plus de renseignements, consultez les dossiers santé de Colombie-Britannique suivants :

[N° 12b Faits concernant l'influenza \(la grippe\)](#)

[N° 12c L'immunisation contre l'influenza \(grippe\) : Mythes et réalités](#)

[N° 12d Les programmes d'immunisation contre l'influenza \(grippe\) en Colombie-Britannique](#)

[N° 62b L'infection pneumococcique : Vaccin polysaccharide](#)



BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY

Pour plus de renseignements sur les dossiers santé de C.-B., veuillez consulter le site Internet suivant : www.bchealthguide.org/healthfiles/index.stm, ou vous rendre à votre unité de santé publique locale.

Appelez le service Info-Santé disponible 24 heures sur 24 offert par les infirmières et les infirmiers de C.-B. pour parler à une infirmière ou un infirmier autorisés :

- Dans la région métropolitaine de Vancouver, composez le 604-215-4700
- Ailleurs en C.-B., composez le numéro sans frais 1-866-215-4700
- Pour les sourds et malentendants, composez le 1-866-889-4700
- Un pharmacien ou une pharmacienne est disponible tous les jours de 17 h à 9 h
- Un service de traduction est offert dans plus de 130 langues sur demande.

Visitez le Guide-Santé en ligne de C.-B., un monde d'information santé sur lequel vous pouvez compter, à l'adresse suivante : www.bchealthguide.org/