

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

### Influenza (Flu) Immunization: Myths and Facts

Décider de recevoir un vaccin contre l'influenza – c'est-à-dire contre la grippe – est une décision sûre et efficace, gage de santé. Le virus de l'influenza peut provoquer une maladie grave et peut même mener au décès de certaines personnes aux prises avec des problèmes de santé chroniques. Le vaccin contre l'influenza, ou vaccin antigrippal, constitue la meilleure protection contre la maladie et ses complications.

Beaucoup de gens utilisent le terme « grippe » pour qualifier toute maladie causée par un virus; c'est le cas par exemple lorsqu'ils parlent de « grippe intestinale ». Toutefois, le virus de l'influenza cause des maladies qui ont tendance à être plus graves que celles que provoquent d'autres virus.

Cette fiche-santé a pour but de vous renseigner sur les mythes et réalités associées à l'immunisation contre l'influenza.

**Mythe :** L'influenza n'est pas une maladie grave.

**Réalité :** Chaque année en Colombie-Britannique, des centaines de personnes meurent de l'influenza ou des complications en résultant, comme la pneumonie. Chez les personnes de 65 ans et plus et chez d'autres personnes à haut risque, elle peut mener à des problèmes de santé bien plus graves.

**Mythe :** Vous n'avez jamais contracté l'influenza; vous n'avez donc pas besoin de recevoir le vaccin.

**Réalité :** Personne n'est totalement immunisé contre le virus de l'influenza. La plupart des personnes peuvent souffrir de l'influenza plusieurs fois au cours de leur vie. Le vaccin contre l'influenza, ou vaccin antigrippal, constitue la meilleure protection qui soit contre le virus de l'influenza.

**Mythe :** Le vaccin contre l'influenza peut vous transmettre la maladie.

**Réalité :** Le vaccin **ne peut pas** vous transmettre l'influenza. Il contient des virus de l'influenza qui sont morts et qui ne peuvent déclencher une infection.

**Mythe :** Le vaccin contre l'influenza provoque des effets secondaires ou des réactions graves.

**Réalité :** Le vaccin contre l'influenza est très sûr. La plupart des gens ne ressentent aucun symptôme après l'avoir reçu, si ce n'est un peu de rougeur et d'enflure au point d'injection. Certaines personnes, surtout chez celles qui reçoivent le vaccin pour la première fois, peuvent ressentir des effets secondaires qui s'apparentent aux symptômes de l'influenza. Mais ceux-ci sont beaucoup moins graves que l'infection elle-même et durent beaucoup moins longtemps.

**Mythe :** Recevoir le vaccin contre l'influenza chaque année affaiblit votre système immunitaire.

**Réalité :** Le vaccin contre l'influenza prépare et renforce votre système immunitaire pour l'aider à combattre le virus. Les personnes qui se font vacciner contre l'influenza chaque année sont mieux protégées contre l'influenza que celles qui ne le font pas.

**Mythe :** Vous ne devriez pas vous faire vacciner contre l'influenza si vous souffrez d'allergies.

**Réalité :** La plupart des allergies ne constituent pas une raison pour ne pas se faire vacciner contre l'influenza. Les personnes qui ont déjà eu une réaction allergique à une dose antérieure du **vaccin contre l'influenza** doivent consulter leur médecin avant de recevoir de nouveau le vaccin.

**Mythe :** Le vaccin contre l'influenza protège des virus et des bactéries qui provoquent les rhumes ou les maladies gastriques.

**Réalité :** Le vaccin ne protège pas contre les virus ou les bactéries qui provoquent les rhumes ou les maladies gastriques, souvent appelées « grippe intestinales ». Le virus de l'influenza est très différent et plus grave que ceux qui provoquent un simple rhume ou une « grippe intestinale ». Le vaccin contre l'influenza sert uniquement à protéger contre les virus qui causent l'influenza.

**Mythe :** Le vaccin est inefficace, car vous contractez quand même l'influenza.

**Réalité :** À tout moment, il y a un grand nombre de types de virus en circulation qui peuvent causer des symptômes similaires à ceux de l'influenza, mais qui, dans la réalité, ne sont pas des virus de l'influenza.

Le vaccin contre l'influenza contient trois souches – ou types – de virus de l'influenza qui, selon les experts en santé, sont susceptibles de provoquer l'influenza durant l'hiver suivant. Ce sont les seuls virus contre lesquels le vaccin vous protégera. Et comme les souches de virus peuvent changer chaque année, vous devez recevoir le vaccin contre l'influenza chaque année pour être protégé contre ces nouvelles souches.

Lorsque les souches contenues dans le vaccin coïncident avec les souches du virus qui sévissent au sein de la communauté, le vaccin empêche plus de 7 personnes sur 10 d'attraper la maladie. Chez les personnes âgées et les gens aux prises avec certaines maladies chroniques, le vaccin peut ne pas être aussi efficace pour prévenir les infections, mais il contribuera tout de même à réduire la gravité des symptômes et les risques de complications médicales ou de maladies graves.

**Mythe :** Vous êtes enceinte et ne devriez pas vous faire vacciner contre l'influenza.

**Réalité :** Le vaccin contre l'influenza est sans danger pendant la grossesse. En fait, le vaccin contre l'influenza est conseillé aux femmes qui en seront au troisième trimestre de leur grossesse pendant la saison de l'influenza, à celles présentant un état de santé à haut risque, qui souffrent par exemple d'une maladie cardiaque ou pulmonaire, de diabète ou ont un système immunitaire affaibli. Ce vaccin est d'ailleurs administré gratuitement aux femmes qui en seront au troisième trimestre de leur grossesse durant la saison de l'influenza, ou qui présentent un état de santé à haut risque. Pour toute

question concernant le vaccin antigrippal pendant la grossesse, adressez-vous à votre médecin ou à votre fournisseur de soins de santé. Les femmes qui accoucheront pendant la saison de l'influenza devraient aussi recevoir le vaccin pour protéger leur nouveau-né. Les bébés de moins de six mois, et les nouveau-nés tout particulièrement, courent un risque élevé de complications des suites de l'influenza, mais il ne peuvent être vaccinés, car leur réponse immunitaire au vaccin n'est pas assez forte.

La vaccination des mères et des personnes avec qui elles ont des contacts rapprochés peut aider à protéger les jeunes enfants et peut réduire leurs risques d'être infectés. L'allaitement au sein est sans danger pour les bébés dont la mère a reçu le vaccin contre l'influenza.

**Pour en savoir plus, consultez les fiches-santé suivantes :**

[12 a Pourquoi les aînés devraient-ils être vaccinés contre l'influenza \(grippe\)](#)

[12b À propos de l'influenza \(grippe\)](#)

[12d Le vaccin contre l'influenza \(grippe\)](#)

[87 Le norovirus \(grippe intestinale\)](#)

Pour plus de renseignements sur les dossiers santé de C.-B., veuillez consulter le site Internet suivant : [www.bchealthguide.org/healthfiles/index.stm](http://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](http://www.bchealthguide.org)

