



Vaccin contre la grippe 2014-2015

Les renseignements que présente cette feuille portent sur le vaccin contre la grippe financé par l'État et administré dans les cliniques des bureaux de santé. Cette année, le vaccin contre la grippe protège contre trois souches de la grippe, soit deux de type A et une de type B :

- la grippe pandémique A (H1N1) de 2009;
- une souche de la grippe A (H3N2);
- une souche de la grippe B.

Selon le Comité consultatif national de l'immunisation (CCNI) au Canada, un nouveau vaccin sous forme de vaporisateur nasal (Flumist®) semble assurer une plus grande protection chez les enfants en santé âgés de 2 à 5 ans et être privilégié. Malheureusement, ce vaccin n'est pas financé actuellement par l'État en Ontario. Le Flumist® coûte environ 30 \$ la dose et peut être acheté dans certaines pharmacies et est fourni par votre fournisseur de soins de santé. Le vaccin injecté dans le bras offert par les cliniques du BSDSM est gratuit, sécuritaire et fonctionne bien pour prévenir la grippe chez les enfants. Si vous souhaitez obtenir plus de renseignements au sujet de Flumist®, veuillez en discuter avec votre fournisseur de soins de santé.

Qu'est-ce que la grippe?

La grippe (aussi appelée « influenza ») est une infection potentiellement grave des voies respiratoires causée par les virus de la grippe A et B. Au Canada, la grippe survient habituellement chaque année à la fin de l'automne et durant les mois d'hiver. Les personnes infectées ne se sentent généralement pas bien et peuvent avoir des symptômes comme de la fièvre, des frissons, de la toux, des yeux larmoyants, de la congestion nasale, des maux de gorge, des maux de tête, des douleurs musculaires, de la fatigue et une faiblesse extrême. Remarque : les personnes âgées peuvent ne pas faire de fièvre. Les enfants peuvent aussi avoir mal aux oreilles, des nausées, des vomissements et de la diarrhée.

Peu importe l'âge, la grippe n'épargne personne et la plupart des gens se rétablissent en 7 à 10 jours. Certaines personnes, particulièrement celles qui sont âgées de 65 ans et plus ou les enfants et les adultes atteints de maladies chroniques, sont à risque de complications plus graves, comme une pneumonie ou une hospitalisation. Les symptômes, comme la toux et la fatigue peuvent persister pendant plusieurs semaines, rendant difficile la reprise de toutes les activités normales.

Le virus de la grippe se propage par des gouttelettes de salive provenant des voies respiratoires de personnes infectées, par la toux ou l'éternuement. Il se transmet aussi par le contact direct avec des surfaces contaminées par la grippe, comme des jouets, des ustensiles de cuisine et des mains non lavées.

Qui devrait se faire vacciner contre la grippe?

Le vaccin contre la grippe est recommandé à l'ensemble des Ontariennes et des Ontariens âgés de 6 mois et plus. Ce vaccin est offert gratuitement. Le CCNI recommande spécifiquement que les groupes à risque élevé suivants reçoivent le vaccin contre la grippe :

- Les personnes à risque élevé de développer des complications liées à la grippe, notamment celles qui sont atteintes de troubles du cœur, des reins ou des poumons, de diabète sucré, de cancer, de troubles liés à l'immunodépression, d'obésité, les résidents de maisons de soins infirmiers et d'autres établissements de soins de longue durée, toutes les personnes de 65 ans et plus, tous les enfants âgés de 6 à 59 mois, les femmes enceintes à toutes les étapes de leur grossesse et les Autochtones.
- Les personnes capables de transmettre la grippe aux personnes à risque élevé, y compris les fournisseurs de soins de santé et les personnes qui fournissent des soins aux enfants âgés de 5 ans et moins.
- Les personnes qui fournissent des services communautaires essentiels.

Quelle est l'efficacité du vaccin contre la grippe?

Lorsqu'il y a une bonne corrélation entre les souches de la grippe saisonnière contenues dans le vaccin et les souches grippales circulant dans la population, le vaccin peut prévenir la grippe chez environ 60 % à 80 % des enfants et des adultes en bonne santé. Des études ont démontré que la vaccination contre la grippe entraîne une baisse du nombre de consultations chez le médecin ainsi que des hospitalisations et des décès chez les personnes à risque élevé.

La protection contre la grippe prend environ deux semaines à se développer dans le corps et elle peut durer jusqu'à un an. Les personnes vaccinées peuvent contracter la grippe; toutefois, elles seront habituellement moins malades. Le vaccin contre la grippe ne protège pas contre le rhume et d'autres infections respiratoires qui peuvent être prises à tort pour la grippe.

Qui ne devrait pas se faire vacciner contre la grippe?

- Les nourrissons âgés de moins de 6 mois (le vaccin actuel n'est pas recommandé pour ce groupe d'âge).
- Les personnes ayant une allergie grave à un composant du vaccin, sauf les œufs. Votre fournisseur de soins de santé peut vous renseigner sur la composition précise du vaccin. Certains vaccins contiennent de faibles quantités d'antibiotiques ou d'agents de conservation.

Même si les œufs sont utilisés dans le processus de fabrication du vaccin, des études récentes ont montré que les personnes qui sont allergiques aux œufs peuvent tout de même le recevoir.

- Les personnes ayant déjà eu une réaction allergique grave lors d'une précédente vaccination contre la grippe.
- Les personnes qui ont souffert du syndrome de Guillain-Barré (SGB), un état neurologique rare, dans les 6 semaines suivant la vaccination contre la grippe.
- Toute personne atteinte d'une maladie modérée ou aiguë accompagnée de fièvre ou qui vient juste de commencer un traitement par médicament (p. ex. antibiotiques) doit retarder la vaccination jusqu'à ce qu'elle se sente mieux. Les personnes atteintes d'une maladie bénigne (p. ex. un rhume) avec ou sans fièvre peuvent recevoir le vaccin.
- La vaccination devrait être reportée chez les personnes atteintes d'un trouble neurologique évolutif, mais doit être envisagée lorsque la maladie atteint un plateau.

Combien de doses du vaccin sont nécessaires?

Puisque les virus de la grippe en circulation changent souvent et que le vaccin n'est fiable que pour protéger contre la grippe pendant une saison, il est nécessaire de recevoir le vaccin chaque année. Les adultes et les enfants ayant déjà été vaccinés contre la grippe saisonnière ont besoin d'une seule dose chaque saison.

Les enfants âgés de moins de 9 ans qui sont vaccinés contre la grippe saisonnière pour la première fois devraient recevoir deux doses à au moins quatre semaines d'intervalle.

Le vaccin peut-il causer la grippe?

Non. Le vaccin ne contient pas de virus vivant. Vous ne pouvez donc pas contracter la grippe à partir du vaccin.

Quels sont les risques et les effets secondaires du vaccin contre la grippe?

Comme tout médicament, le vaccin contre la grippe peut causer des effets secondaires, qui sont habituellement légers. Le risque que le vaccin cause de graves problèmes de santé est très faible. Le risque de contracter la grippe et de souffrir de complications graves est beaucoup plus important.

La plupart des personnes qui reçoivent le vaccin n'ont pas d'effets secondaires ou ont des effets secondaires légers, comme de la douleur, de la rougeur ou une enflure au point d'injection. Les réactions allergiques mettant la vie en danger sont très rares. Elles se produisent généralement dans les minutes ou les heures qui suivent l'administration du vaccin.

Il est possible de prendre de l'acétaminophène ou de l'ibuprofène après l'immunisation pour soulager la douleur ou la fièvre. Suivez toujours les instructions figurant sur l'emballage. Il ne faut pas donner d'acide acétylsalicylique (ASA ou Aspirine®) aux enfants âgés de moins de 18 ans.

Syndrome de Guillain-Barré (SGB)

Le SGB est une maladie très rare où le système immunitaire d'une personne endommage les cellules nerveuses, causant une faiblesse musculaire et parfois la paralysie. Il survient plus couramment après un trouble gastro-intestinal, une infection respiratoire ou une autre infection comme la grippe. Dans de très rares cas, une personne peut développer le SGB quelques jours ou semaines après l'immunisation. Toutefois, même si le SGB s'est développé, cela ne veut pas dire que le vaccin en est la cause.

Les études ont montré que le risque absolu du SGB dans la période suivant la vaccination contre la grippe représente environ un cas excédentaire par 1 million de vaccins administrés au-delà du taux de SGB dans la population.

Cependant, le vaccin contre la grippe peut vous protéger un peu contre le SGB, car on estime que le risque associé au SGB, si vous étiez infecté par la grippe, est dix fois plus élevé que le risque associé à ce vaccin.

Syndrome oculorespiratoire (SOR)

Au cours de la saison grippale 2000-2001, un petit nombre de personnes ayant reçu le vaccin contre la grippe ont présenté un effet secondaire nommé « syndrome oculorespiratoire (SOR) ». Le SOR se manifeste par l'apparition de rougeurs aux yeux et/ou de symptômes respiratoires (toux, respiration sifflante, serrement de poitrine, difficulté à respirer, difficulté à avaler, voix rauque ou mal de gorge) et/ou une enflure du visage se produisant **dans les 24 heures** suivant l'administration du vaccin contre la grippe.

Depuis 2000-2001, un nombre moins important de cas de SOR ont été signalés.

Les personnes qui ont déjà eu des symptômes de SOR peuvent se faire revacciner contre la grippe sauf celles chez qui le SOR s'est manifesté par des symptômes graves des voies respiratoires inférieures (respiration sifflante, serrement de poitrine, difficulté à respirer) dans les 24 heures suivant l'administration du vaccin. Ces personnes devraient obtenir un avis médical avant d'être revaccinées contre le virus de la grippe.

Y a-t-il une solution de rechange à la vaccination?

La vaccination annuelle contre la grippe est la façon la plus efficace de prévenir la grippe. Cependant, les recommandations suivantes visent à aider à réduire le risque de propagation :

- Recouvrir le nez et la bouche en toussant ou en éternuant.
- Se laver les mains de façon minutieuse en frottant toutes les parties avec de l'eau et du savon pendant au moins 15 secondes.

Quand dois-je obtenir des soins médicaux?

Appelez votre fournisseur de soins de santé, rendez-vous à l'hôpital le plus proche ou appelez le 911 si l'un ou l'autre des symptômes suivants se présente dans les trois jours suivant l'administration du vaccin :

- Forte fièvre (plus de 40 °C ou 104 °F)
- Urticaire
- Enflure du visage ou de la bouche
- Difficulté à respirer
- Pleurs pendant plusieurs heures
- Teint très pâle ou forte somnolence
- Convulsions ou crises d'épilepsie
- Tout autre effet inattendu

Si des soins médicaux sont nécessaires, veuillez en informer le bureau de santé.

Ai-je besoin de savoir autre chose?

Pour obtenir de plus amples renseignements sur la grippe ou le vaccin contre la grippe, appelez *Votre connexion santé* au 705-721-7520 ou au 1-877-721-7520 pour parler à un membre du personnel infirmier ou visitez notre site Web à www.simcoemuskokahealth.org.