

Mythes et faits à propos du vaccin contre la grippe

Information générale

La vaccination contre la grippe est un choix sûr, efficace et sain pour tous les résidents. Même si bien des gens utilisent le mot « grippe » pour toute maladie attribuable à un virus (comme une grippe intestinale), le virus de l'influenza cause une maladie qui tend à être plus grave que celles causées par d'autres virus. Le virus de la grippe (influenza) peut vous rendre très malade, et peut même causer la mort chez certaines personnes ayant des problèmes de santé chroniques. Un vaccin contre la grippe est la meilleure protection contre cette maladie.

Mythes et faits

MYTHE : La grippe n'est pas une maladie grave.

FAIT : La grippe est une infection très contagieuse du nez, de la gorge et des poumons. Même si certains symptômes sont semblables à ceux du rhume, d'autres symptômes sont plus graves, y compris les maux de tête, les frissons, le mal de gorge, la toux sèche, les douleurs musculaires et la fièvre.

La grippe chez les personnes de 65 ans et plus, et chez d'autres groupes à risques élevés, peut entraîner des conséquences plus graves sur la santé. La fièvre et les autres symptômes durent en général de 7 à 10 jours; la toux et la faiblesse peuvent possiblement durer d'une à deux semaines et même plus.

MYTHE : Vous n'avez jamais eu la grippe, vous n'avez donc pas besoin d'être vacciné.

FAIT : Personne n'est totalement à l'abri des virus de la grippe. La plupart des gens peuvent avoir la grippe plusieurs fois au cours de leur vie. La grippe se propage facilement d'une personne à l'autre, par la respiration, la toux, l'éternuement.

Le virus peut également se propager quand les gens touchent les minuscules gouttelettes provenant de la toux ou des éternuements d'une autre personne ou présentes sur des objets, et qu'ils touchent ensuite leur bouche ou leur nez avant de se laver les mains comme il faut. Le vaccin est la meilleure protection contre la grippe.

MYTHE : Le vaccin contre la grippe donne la grippe aux gens.

FAIT : Le vaccin contre la grippe **ne peut pas** donner la grippe à quelqu'un. Le vaccin contre la grippe contient des virus morts de la grippe qui ne peuvent pas se multiplier ni causer d'infection.

MYTHE : Le vaccin contre la grippe cause de graves réactions ou des effets secondaires.

FAIT : Le vaccin contre la grippe est très sûr. La plupart des gens n'éprouvent aucun symptôme après le vaccin, si ce n'est une rougeur ou une légère douleur à l'endroit où le vaccin a été administré; cela dure un ou deux jours.

De légers symptômes qui ressemblent à ceux de la grippe peuvent se manifester chez certaines personnes, particulièrement chez celles qui reçoivent ce genre de vaccin pour la première fois. Les symptômes sont attribuables à la réponse immunitaire du corps qui s'établit pour protéger contre l'infection. Ces symptômes comprennent une légère fièvre, des maux de tête et des douleurs musculaires qui se manifestent au bout de six à douze heures après la vaccination et qui durent de 24 à 48 heures. Ces symptômes ne sont vraiment pas graves et sont loin de durer aussi longtemps que ceux de l'infection à la grippe comme telle.

MYTHE : Le fait de recevoir le vaccin contre la grippe chaque année affaiblit le système immunitaire.

FAIT : Le vaccin prépare et stimule le système immunitaire pour aider à combattre le virus, si vous l'attrapez. Les gens qui reçoivent le vaccin contre la grippe chaque année sont mieux protégés contre la grippe que ceux qui ne se font pas vacciner.

MYTHE : Vous ne pouvez pas vous faire vacciner contre la grippe parce que vous avez toutes sortes d'allergies.

FAIT : La plupart des allergies ne sont pas une raison pour ne pas se faire vacciner. Parlez à votre médecin avant de vous faire vacciner si vous êtes allergique aux oeufs (utilisés pour fabriquer le vaccin), si vous êtes très malade et faites de la fièvre ou si vous avez déjà eu une grave réaction au vaccin dans le passé.

MYTHE : J'ai déjà eu le vaccin, une fois, et j'ai tout de même eu la grippe.

FAIT : Souvent, les gens confondent un rhume et la grippe. La grippe est une maladie grave qui peut vous garder au lit pendant plusieurs jours, voire des semaines. D'autres virus peuvent circuler pendant la saison de la grippe et vous rendre malade, mais en général, ces virus ont des symptômes bien moins graves que ceux de la grippe.

Le vaccin contre la grippe contient les trois souches ou genres de virus de la grippe qui, selon les experts de la santé, vont causer la grippe au cours de l'hiver qui suit. Le vaccin ne protège que contre ces virus. Comme les souches peuvent changer chaque année, une personne doit se faire vacciner chaque année pour être protégée contre les nouvelles souches.

MYTHE : Vous êtes enceinte et ne devriez pas vous faire vacciner.

FAIT : Le vaccin contre la grippe est sûr pendant la grossesse. On recommande le vaccin contre la grippe aux femmes enceintes à hauts risques, comme celles qui ont une maladie cardiaque ou pulmonaire, le diabète ou le système immunitaire affaibli.

Même les femmes enceintes en bonne santé qui peuvent accoucher pendant la saison de la grippe devraient se faire vacciner pour protéger leur nouveau-né.

Les bébés de moins de six mois, les nouveau-nés en particulier, sont à hauts risques de complications de la grippe, mais ne peuvent pas être vaccinés parce que leur réaction immunitaire au vaccin contre la grippe est encore en train de se développer. Le fait de vacciner les personnes qui sont proches d'eux, leur mère y compris, peut aider à les protéger et à réduire le risque qu'ils deviennent infectés. Il n'y a aucun danger d'allaiter les bébés après avoir reçu le vaccin contre la grippe.

Si vous avez des questions pour savoir si vous devriez vous faire vacciner pendant votre grossesse, parlez à votre professionnel de la santé.