



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

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

Les vaccins antigrippaux représentent une méthode sûre et efficace de rester en santé, de prévenir les maladies, voire de sauver des vies. Le virus de la grippe peut causer des maladies graves et même la mort.

Les vaccins contre la grippe disponibles en Colombie-Britannique sont des vaccins vivants atténués ou des vaccins inactivés. Le vaccin inactivé est constitué de virus morts ou de portions de virus de la grippe et est administré par injection. Le vaccin vivant atténué est préparé à partir de virus affaiblis et est administré sous forme de vaporisation nasale.

De nombreuses personnes utilisent le terme grippe pour désigner toute maladie causée par un virus, telles que le rhume ou la gastro-entérite, ce qui peut porter à confusion. Cependant, le virus de la grippe entraîne une maladie respiratoire plus grave et est plus susceptible de causer des complications.

#### Mythes et réalités sur la grippe et la vaccination antigrippale

**Mythe :** La grippe n'est pas une maladie grave.

**Réalité :** Lorsque la grippe est très répandue en Colombie-Britannique, des centaines de personnes risquent de mourir de cette dernière ou de ses complications, comme la pneumonie. Elle peut entraîner des maladies graves chez les personnes de plus de 65 ans et au sein des groupes de personnes à haut risque.

**Mythe :** Comme je n'ai jamais eu la grippe, je n'ai pas besoin de me faire vacciner.

**Réalité :** Les symptômes de la grippe peuvent varier de légers à graves. La plupart des gens peuvent contracter la grippe plusieurs fois dans leur vie. Le vaccin antigrippal est la meilleure protection contre le virus de la grippe.

**Mythe :** Les vaccins contre la grippe peuvent me donner la grippe.

**Réalité :** Le vaccin inactivé administré par injection ne vous donnera pas la grippe. Le vaccin contient

des virus grippaux morts ou des portions de virus qui ne peuvent causer une infection.

Le vaccin vivant atténué contient des virus affaiblis et est administré sous forme de vaporisation nasale. Les réactions courantes comprennent des symptômes bénins, tels que l'écoulement nasal, la congestion nasale, la toux, les maux de gorge et la fièvre. Ces symptômes sont moins graves et durent moins longtemps que la grippe.

Par précaution, les personnes ayant un système immunitaire affaibli ne devraient pas recevoir de vaccin vivant.

**Mythe :** Les vaccins contre la grippe provoquent des réactions graves ou des effets secondaires.

**Réalité :** Les vaccins contre la grippe sont sécuritaires. La plupart des gens qui reçoivent le vaccin inactivé contre l'influenza auront des rougeurs, de la douleur ou une enflure au point d'injection. Certaines personnes, en particulier celles qui le reçoivent pour la première fois, peuvent souffrir de maux de tête, de douleurs musculaires ou de fatigue. Les personnes qui reçoivent le vaccin vivant atténué peuvent avoir des symptômes grippaux bénins comme ceux décrits ci-dessus.

Le syndrome de Guillain-Barré est une maladie rare qui entraîne de la faiblesse et une paralysie des muscles. Il se produit plus souvent après une infection. Dans de rares cas, il peut également se manifester après l'administration de certains vaccins. Il peut être associé à un vaccin antigrippal chez environ une personne vaccinée sur un million.

**Mythe :** Avoir un vaccin contre la grippe chaque année affaiblit mon système immunitaire.

**Réalité :** Parce que les souches du virus changent presque tous les ans, vous devez vous faire vacciner chaque année afin d'être protégés contre les nouvelles souches. Les personnes qui reçoivent le vaccin chaque année sont mieux protégées que celles qui ne sont pas immunisées.

**Mythe :** Je ne devrais pas avoir de vaccin contre la grippe parce que j'ai des allergies.

**Réalité :** La plupart des personnes allergiques peuvent être vaccinées contre la grippe sans aucun problème. Toutefois, si vous avez eu une réaction allergique grave à une dose précédente du vaccin contre la grippe ou à toute composante du vaccin, parlez-en à votre fournisseur de soins de santé. Vous devrez peut-être effectuer des tests d'allergènes auparavant. Les personnes qui souffrent d'allergies aux œufs peuvent se faire administrer le vaccin antigrippal sans danger.

**Mythe :** Les vaccins contre la grippe protègent contre les virus ou les bactéries qui causent le rhume ou les gastro-entérites.

**Réalité :** Les vaccins antigrippaux ne protègent pas contre les virus ou les bactéries qui causent le rhume ou les maladies intestinales, souvent appelées la gastro-entérite. Le virus de la grippe est un virus respiratoire très différent et provoque généralement des symptômes plus graves que les virus qui causent le rhume ou la gastro-entérite. Les vaccins antigrippaux protègent uniquement contre le virus de la grippe.

**Mythe :** Les vaccins ne sont pas efficaces, car j'attrape quand même l'influenza ou la grippe.

**Réalité :** Chaque année, différents types de virus peuvent causer des symptômes pseudogrippaux, mais il ne s'agit pas du virus de la grippe.

Les vaccins contre la grippe protègent contre les souches que les professionnels de la santé jugent dangereuses pour la saison en cours. Ils ne protègent pas contre les autres virus qui causent des maladies similaires, comme le virus respiratoire syncytial ou virus du parainfluenza. Parce que les souches du virus dans le vaccin changent presque tous les ans, vous devez vous faire vacciner chaque année afin d'être protégés contre les nouvelles souches.

Chez les personnes âgées et les personnes qui ont certains problèmes de santé chroniques, les vaccins ne peuvent complètement prévenir la grippe, mais ils peuvent atténuer les symptômes, les complications et le risque de mourir causé par le virus de la grippe.

**Mythe :** Je suis enceinte et je ne devrais pas recevoir le vaccin contre la grippe.

**Réalité :** Le vaccin inactivé contre la grippe administré par injection est considéré comme

sécuritaire à tous les stades de la grossesse. Les personnes qui en sont à la seconde moitié de leur grossesse courent un risque beaucoup plus élevé d'hospitalisation en raison de la grippe, en particulier au troisième trimestre. En outre, les personnes à tous les stades de la grossesse qui souffrent des maladies chroniques sont également beaucoup plus à risque d'avoir des complications graves causées par le virus de la grippe et devraient être vaccinées.

On ne sait pas si le vaccin vivant atténué est sans danger pendant la grossesse. À titre de précaution, les personnes qui sont enceintes ou qui envisagent de le devenir devraient recevoir le vaccin inactivé contre la grippe qui contient des virus grippaux morts ou des parties de virus grippaux qui ne peuvent causer d'infection.

**Mythe :** Je suis une mère qui allaite et je ne devrais pas recevoir le vaccin contre la grippe.

**Réalité :** Il n'y a pas de danger pour l'allaitement des bébés après que la mère a reçu le vaccin.

## Pour obtenir de plus amples renseignements

Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez les fiches HealthLinkBC suivantes :

- [HealthLinkBC File n° 12a Pourquoi les aînés devraient-ils se faire administrer le vaccin antigrippal inactivé?](#)
- [HealthLinkBC File n° 12b Réalités sur la grippe](#)
- [HealthLinkBC File n° 12d Vaccin inactivé contre l'influenza \(grippe\)](#)
- [HealthLinkBC File n° 12e Le vaccin vivant atténué contre la grippe](#)



---

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, visitez [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) ou composez le **8-1-1** (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le **7-1-1**. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.