

# Questions et réponses au sujet du Programme manitobain de vaccination contre la grippe saisonnière

## Public Health – Factsheet

La vaccination est l'une des plus importantes réalisations dans le domaine de la santé publique. Au cours des 50 dernières années, elle a permis l'élimination, l'endiguement et le contrôle de maladies qui étaient autrefois très courantes au Canada<sup>1</sup>. Les vaccins aident le système immunitaire à reconnaître et à combattre les bactéries et les virus qui causent des maladies.

### Qu'est-ce que la grippe saisonnière?

La grippe saisonnière est une infection respiratoire causée par un virus. Les personnes qui attrapent la grippe ne montrent pas nécessairement de symptômes, mais peuvent malgré tout transmettre le virus aux autres. La grippe peut ressembler à d'autres virus respiratoires ou au rhume. Cependant, les symptômes de la grippe sont généralement plus graves que ceux du rhume. Ces symptômes peuvent inclure une fièvre élevée soudaine, des courbatures, de la fatigue extrême, un mal de gorge et une toux sèche. La nausée et les maux d'estomac peuvent aussi survenir, particulièrement chez les jeunes enfants. La grippe peut entraîner des problèmes plus graves, comme une pneumonie, qui nécessitent parfois une hospitalisation.

Il ne faut pas confondre la grippe saisonnière et la « grippe intestinale ». Cette dernière est due à d'autres virus qui affectent principalement l'estomac et qui causent des vomissements et de la diarrhée.

### Comment la grippe se propage-t-elle?

La grippe peut se transmettre facilement d'une personne à une autre par la toux, les éternuements ou le partage d'aliments ou de boissons. Il est aussi possible d'attraper la grippe en portant les mains à la bouche, aux yeux ou au nez, après avoir touché des objets contaminés par le virus.

Les personnes qui ont la grippe peuvent transmettre le virus à une autre personne se trouvant à moins de 1,80 m (6 pi) de distance, et ce, d'un jour avant jusqu'à cinq jours après l'apparition des symptômes.

Pour cette raison, en plus de se faire vacciner chaque année, il est important de se couvrir le nez et la bouche avec l'avant-bras pour tousser ou éternuer, d'éviter de se toucher le visage, et de se laver les mains avec de l'eau et du savon (ou un désinfectant pour les mains à base d'alcool s'il n'y a pas d'eau et de savon), surtout après avoir toussé ou éternué.

### Que puis-je faire si mes enfants ou moi avons la grippe?

Si vous ou vos enfants contractez une infection respiratoire, il est important de rester à la maison, de vous

isoler et de suivre les recommandations et conseils de santé publique. Communiquez avec Health Links – Info Santé ou votre fournisseur de soins de santé pour savoir si vous ou vos enfants avez besoin d'une évaluation ou d'un traitement médical.

On vous fournira également des renseignements sur la durée de l'isolement et sur la façon de prendre soin de vous ou de vos enfants à la maison.

La plupart des gens peuvent soigner leurs symptômes et guérir à la maison. Si les symptômes s'aggravent, ou si vous ou vos enfants ne récupérez pas comme vous le feriez normalement, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé ou avec Health Links — Info Santé au 204 788 8200 ou au numéro sans frais 1 888 315-9257.

Certains symptômes peuvent être très graves et nécessitent des soins et un traitement le plus rapidement possible. Composez le 911 ou rendez-vous directement dans un service d'urgence, dans un poste de soins infirmiers ou chez un fournisseur de soins de santé si vous ou un de vos proches présentez l'un ou l'autre des symptômes graves suivants :

- essoufflement ou difficultés respiratoires persistantes ou aggravées;
- grande faiblesse;
- déshydratation ou aucune évacuation d'urine depuis 12 heures;
- somnolence ou confusion;
- fièvre chez un nourrisson âgé de moins de trois mois.

Les personnes qui sont normalement en bonne santé et qui ont des symptômes de la grippe devraient obtenir des soins médicaux le plus rapidement possible si elles présentent au moins l'un des symptômes suivants :

- respiration difficile ou douloureuse;
- toux accompagnée d'expectorations sanglantes (mucosités ou salive);
- respiration sifflante;

<sup>1</sup> Agence de la santé publique du Canada

# Questions et réponses au sujet du Programme manitobain de vaccination contre la grippe saisonnière

---

- fièvre pendant trois ou quatre jours qui ne s'améliore pas ou qui empire;
- retour soudain d'une forte fièvre ou d'autres symptômes après une amélioration initiale;
- douleur aiguë à l'oreille;
- sentiment d'être gravement malade.

## Quelles sont les différences entre les souches de la grippe?

La grippe peut être causée par les virus de la grippe A et B. Une infection grippale peut rendre la personne infectée légèrement malade ou très malade, peu importe la souche impliquée. Chez certains groupes de la population, par exemple les jeunes enfants, les personnes âgées et les personnes atteintes de troubles médicaux, les risques de complications peuvent être plus élevés.

## Qu'est-ce que le vaccin antigrippal?

De nombreuses souches du virus de la grippe circulent chaque année. Le vaccin antigrippal n'offre pas de protection contre toutes ces souches. Chaque année, les chercheurs surveillent la propagation de la grippe dans le monde. Ils utilisent ces données pour prédire quelles souches de la grippe risquent de rendre le plus grand nombre de personnes malades au cours de la prochaine saison de la grippe. Ces souches sont ensuite utilisées dans la fabrication du vaccin antigrippal pour l'année en question. Par conséquent, le vaccin peut varier d'une année à l'autre. Pour cette raison, et parce que la protection offerte par le vaccin diminue au fil du temps, il est important de se faire vacciner contre la grippe chaque année.

---

**Le vaccin antigrippal ne protège pas contre d'autres virus ou bactéries responsables du rhume, de la grippe intestinale ou d'autres affections respiratoires comme la COVID-19.**

---

## Quels vaccins contre la grippe sont offerts au Manitoba?

De nombreux vaccins contre la grippe sont approuvés par Santé Canada. Le vaccin antigrippal à dose standard et celui à haute dose sont offerts gratuitement dans le cadre du Programme manitobain de vaccination contre la grippe saisonnière.

Le vaccin antigrippal à dose standard et celui à haute dose offrent une protection contre les quatre souches grippales (2 virus de la grippe A et 2 virus de la grippe B) qui sont les plus susceptibles de causer la maladie. Ces deux types de

vaccins sont inactivés et sont administrés par injection (au moyen d'une seringue).

Pour connaître la liste détaillée des ingrédients des vaccins contre la grippe, veuillez consulter les monographies des fabricants au [www.manitoba.ca/health/flu/resources.fr.html](http://www.manitoba.ca/health/flu/resources.fr.html) ou vous adresser à votre fournisseur de soins de santé.

## Quelle est la différence entre le vaccin à dose standard et le vaccin à haute dose? Pourquoi le vaccin antigrippal à haute dose est-il recommandé pour les 65 ans et plus?

Le vaccin à haute dose est le vaccin recommandé pour les Manitobains de 65 ans et plus.

Le vaccin à haute dose contient quatre fois plus de protéines du virus de l'influenza (ou antigènes). L'antigène est la composante du vaccin qui aide le corps à acquérir une immunité. Les quantités plus élevées de protéines du virus de la grippe dans le vaccin à haute dose peuvent renforcer la réponse immunitaire contre la grippe chez les adultes plus âgés, offrant ainsi un niveau de protection supérieur contre une forte grippe et ses complications.

## Le vaccin antigrippal est-il efficace?

Le vaccin antigrippal s'est révélé efficace contre la grippe confirmée en laboratoire. Il a été démontré que la vaccination contre la grippe réduit la gravité de la maladie chez les personnes qui se font vacciner, mais qui tombent quand même malades. Il a également été démontré qu'elle réduit le nombre de visites chez le médecin, d'hospitalisations et de décès chez les personnes qui présentent un risque élevé de contracter la grippe et de souffrir de ses complications, notamment :

- les personnes âgées de 65 ans et plus;
- les résidents de foyers de soins personnels ou d'établissements de soins de longue durée;
- les enfants âgés de six mois à cinq ans;
- les personnes atteintes d'un trouble de santé chronique (p. ex. diabète, asthme, etc.);
- les femmes enceintes et celles qui allaitent;
- les travailleurs de la santé et les premiers intervenants;
- les personnes qui fournissent régulièrement des services de garderie à des enfants de cinq ans et moins;
- les personnes qui résident avec toute personne ayant un risque accru de maladie grave causée par la grippe, y compris les nourrissons de moins de six mois ou les femmes enceintes;

# Questions et réponses au sujet du Programme manitobain de vaccination contre la grippe saisonnière

- les Autochtones;
- les personnes en contact direct avec de la volaille infectée par la grippe aviaire au cours des opérations d'abattage.

L'efficacité du vaccin antigrippal peut varier d'une année à l'autre selon le degré de correspondance entre les souches contenues dans le vaccin et les souches qui circulent.

Recevoir le vaccin antigrippal est le meilleur moyen d'éviter d'attraper la grippe.

## Quand faut-il se faire vacciner contre la grippe?

Santé Manitoba recommande aux Manitobains de se faire vacciner contre la grippe chaque année au début de l'automne.

Au Manitoba, la saison de la grippe commence généralement tard en automne et dure jusqu'au printemps. Pour cette raison et parce que le vaccin antigrippal met environ deux semaines à agir pleinement, il est préférable de se faire vacciner le plus tôt possible.

## Qui devrait se faire vacciner contre la grippe?

Tous les Manitobains âgés de six mois et plus devraient se faire vacciner contre la grippe au début de l'automne chaque année.

La plupart des Manitobains devraient recevoir le vaccin antigrippal à dose standard. Les Manitobains âgés de 65 ans et plus sont admissibles à recevoir gratuitement le vaccin antigrippal à haute dose.

La vaccination contre la grippe chaque année est particulièrement importante pour les Manitobains qui risquent le plus de tomber gravement malades en raison de la grippe, ainsi que pour leurs soignants et leurs proches. Cependant, les personnes en bonne santé ont également intérêt à se faire vacciner contre la grippe.

La vaccination d'un plus grand nombre de personnes peut contribuer à réduire la propagation de la grippe. Les Manitobains qui risquent le plus de tomber gravement malades en raison de la grippe sont ainsi mieux protégés.

## Le vaccin antigrippal est-il sûr pour les femmes enceintes et celles qui allaitent?

La vaccination contre la grippe est sans danger pour les femmes enceintes et celles qui allaitent, ainsi que pour leurs nourrissons âgés de six mois et plus. Il est recommandé à toutes les femmes enceintes de se faire vacciner contre la grippe.

Les femmes qui se font vacciner contre la grippe pendant leur grossesse ou leur allaitement développent des anticorps contre la grippe qu'elles peuvent transmettre à leur bébé par le placenta ou le lait maternel. Elles protègent ainsi leurs poupons qui sont trop jeunes pour recevoir le vaccin contre la grippe.

Pour de plus amples renseignements, rendez-vous au :

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-canadien-immunisation-partie-3-vaccination-populations-particulieres/page-4-immunisation-durant-grossesse-allaitement.html>

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/immunisation-vaccins/vaccination-grossesse-pendant.html>

## Que puis-je faire si mes enfants ou moi sommes allergiques aux œufs?

Bon nombre des vaccins contre la grippe offerts au Canada sont fabriqués selon un processus incluant des œufs de poule. Cela peut faire en sorte que le vaccin antigrippal contienne des traces de protéines d'œufs.

Les responsables de la santé publique ont examiné les données et ont établi que les personnes allergiques aux œufs peuvent être vaccinées sans danger avec n'importe quel type de vaccin antigrippal offert au Manitoba et au Canada.

Si vous avez des préoccupations, veuillez en parler à votre fournisseur de soins de santé.

## Les vaccins contre la grippe contiennent-ils du mercure?

Les vaccins contre la grippe qui se présentent dans une fiole de plusieurs doses contiennent du thimérosal. Les vaccins antigrippaux à dose unique ne contiennent pas de thimérosal.

Le thimérosal est un agent de conservation à base de mercure qui garde les vaccins stériles en empêchant la croissance de bactéries ou de champignons. Cet agent de conservation contient un type de mercure connu sous le nom d'éthylmercure. Il ne s'agit pas du type de mercure présent dans les poissons et les fruits de mer (méthylmercure), qui peut être toxique à des niveaux très élevés.

La petite quantité de thimérosal utilisée dans un vaccin s'est avérée sûre. Une multitude d'études scientifiques ont prouvé qu'il n'existe aucun lien entre les vaccins contenant du thimérosal et les troubles du développement neurologique (comme l'autisme). Les fabricants de vaccins

# Questions et réponses au sujet du Programme manitobain de vaccination contre la grippe saisonnière

---

ont également modifié volontairement leurs méthodes de production de manière à réduire ou à éliminer le thimérosal. Ils l'ont fait parce que c'était possible de le faire, et non parce qu'il y avait des preuves que le thimérosal était dangereux.

Pour en savoir plus, veuillez consulter le site : Vaccine Safety ([immunize.org](https://immunize.org)) (en anglais seulement).

Si vous avez des préoccupations, veuillez en parler à votre fournisseur de soins de santé.

## Le vaccin peut-il causer la grippe?

Le vaccin antigrippal ne peut pas causer la grippe. Les vaccins antigrippaux inactivés contiennent des particules de virus tués.

Après avoir été vaccinée contre la grippe, il se peut qu'une personne présente des symptômes semblables à ceux de la grippe, comme des frissons et des courbatures. C'est une réaction du système immunitaire qui apprend à reconnaître le virus et qui se prépare à lutter contre une infection s'il est exposé au virus de la grippe plus tard.

## Peut-on se faire vacciner contre la grippe quand on prend des médicaments?

En général, oui, vous pouvez vous faire vacciner contre la grippe pendant que vous prenez des médicaments. Si vous avez des préoccupations, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé.

## Puis-je me faire vacciner contre la grippe et la COVID-19 en même temps?

Oui. Vous pouvez recevoir d'autres vaccins, dont celui contre la COVID-19, en même temps que le vaccin antigrippal, avant ou après.

## Où peut-on se faire vacciner contre la grippe?

Le vaccin antigrippal est offert gratuitement dans divers lieux tels que les bureaux de la santé publique, les cliniques médicales, les pharmacies, les centres de vaccination et les postes de soins infirmiers.

Vous pouvez consulter votre fournisseur de soins de santé ou la carte du site [Trouver une clinique de vaccination \(www.manitoba.ca/covid19/vaccine.fr.html#finder\)](https://www.manitoba.ca/covid19/vaccine.fr.html#finder) pour trouver l'emplacement le plus près de chez vous.

Veuillez noter que les pharmaciens sont autorisés à vacciner les personnes âgées de 2 ans et plus contre la grippe et la COVID-19.

N'oubliez pas de communiquer d'abord avec votre fournisseur de soins de santé pour connaître la disponibilité des vaccins contre la grippe et la COVID-19 et du vaccin antipneumococcique.

## Pour en savoir plus sur la grippe et le vaccin contre la grippe :

Parlez à un fournisseur de soins de santé.

Téléphonez à Health Links — Info Santé au 204 788-8200 à Winnipeg ou au 1 888 315-9257 sans frais ailleurs au Manitoba.

Ou visitez le site Web suivant :

- **Programme manitobain de vaccination contre la grippe saisonnière :**  
<https://manitoba.ca/health/flu/index.fr.html>