



✘ Le vaccin contre la grippe n'est pas sûr.

Le vaccin contre la grippe est tout à fait sûr. La sécurité a fait l'objet de recherches approfondies sur une période de plus de 50 ans, avec des centaines de millions de doses administrées. Tous les ans, des millions de personnes sont vaccinées **sans subir d'effets secondaires graves**.

✘ On est mieux protégé après avoir eu la grippe qu'après avoir été vacciné

La protection après l'infection par le virus de la grippe et après la vaccination est **comparable**. Le virus de la grippe peut néanmoins provoquer de **graves complications**, en particulier auprès des **groupes à risque**.

La vaccination offre une protection sans les risques de la maladie elle-même.

Je me suis fait vacciner l'année dernière et j'ai tout de même attrapé la grippe

✘ La vaccination contre la grippe ne protège pas contre les virus respiratoires tels que le VRS, les adénovirus et les rhinovirus, qui peuvent provoquer des symptômes similaires.

✔ La vaccination est adaptée chaque année pour tenir compte des souches de virus susceptibles de circuler et offrir la protection la plus large possible.

Bureaux régionaux du Groupe IDEWE

Contactez-nous – Nous nous ferons un plaisir de vous aider !

Anvers
Tél. 03 218 83 83
antwerpen@idewe.be

Namur
Tél. 081 32 10 40
namur@idewe.be

Bruxelles
Tél. 02 237 33 24
bruxelles@idewe.be

Turnhout
Tél. 014 40 02 20
turnhout@idewe.be

Gand
Tél. 09 264 12 30
gent@idewe.be

Roulers
Tél. 051 27 29 29
roeselare@idewe.be

Hasselt
Tél. 011 24 94 70
hasselt@idewe.be

Charleroi
Tél. 071 92 74 60
charleroi@idewe.be

Louvain
Tél. 016 39 04 38
leuven@idewe.be

Liège
Tél. 04 224 76 43
liege@idewe.be

Malines
Tél. 015 28 00 50
mechelen@idewe.be

www.idewe.be | info@idewe.be

© IDEWE – Aucun extrait de cette publication ne peut, d'aucune façon et sous quelque forme que ce soit, être reproduit ou rendu public sans l'autorisation écrite de l'éditeur. Éditeur responsable : Pr Lode Godderis, IDEWE, Interleuvenlaan 58, 3001 Louvain. 7862-3.0-202504-20192



Grippe

Tout savoir sur le virus de la grippe

La grippe : distinguer le vrai du faux

✘ Le vaccin contre la grippe provoque la grippe

Le vaccin contre la grippe ne contient **pas de particules actives du virus** et ne vous rend donc pas malade. Il stimule la production d'anticorps par l'organisme, ce qui prend environ **une à deux semaines**. Si vous êtes exposé au virus de la grippe pendant cette période, vous êtes toujours susceptible de tomber malade. Faites-vous donc vacciner à temps !

✘ Je n'attrape jamais la grippe

En moyenne, **une personne sur dix** contracte la grippe. Même si vous ne tombez presque jamais malade, vous pouvez attraper la grippe et infecter des personnes vulnérables telles que des personnes âgées, des femmes enceintes et des bébés. La vaccination permet non seulement de se protéger soi-même, mais aussi d'éviter de graves complications chez les autres.

✔ Le vaccin contre la grippe est le meilleur moyen de prévenir la grippe.

Le vaccin contre la grippe constitue la meilleure protection contre la grippe. Chez les adultes en bonne santé, il permet de prévenir la grippe dans 70 % des cas. Si vous contractez tout de même la maladie, elle se manifestera sous une forme plus légère et le risque de **complications**, comme la pneumonie, sera **beaucoup plus faible**.



Comment tombe-t-on malade ?

- Par contact direct via des gouttelettes d'une personne infectée qui tousse ou éternue.
- Par contact indirect si des gouttelettes se sont déposées sur les mains ou sur des surfaces comme les poignées de portes, les souris d'ordinateur, les robinets, etc.

C'est dans les espaces fermés et très fréquentés que le risque de contamination est le plus élevé, comme les écoles, les lieux de travail, les bureaux, les transports en commun ou encore les magasins.



Quels sont les symptômes de la grippe ?

- Forte fièvre, sueurs et frissons.
- Maux de tête et de gorge, toux sèche et nez qui coule.
- Douleurs musculaires et articulaires.
- Fatigue intense.

Combien de temps dure la maladie ?

Si vous avez contracté la grippe et que vous n'avez pas de complications, vous serez guéri(e) après **une à trois semaine(s)** environ.

Il y a des complications (bronchite, pneumonie, etc.) dans environ 10 % des cas.



La grippe est-elle contagieuse ?

La grippe est très contagieuse. Une personne malade peut contaminer une autre personne pendant une période allant d'un jour avant à six jours après l'apparition des symptômes de la maladie.

La grippe se fait plus fréquente de décembre à avril.



La grippe est-elle dangereuse ?

Toute personne contaminée peut avoir des complications, mais celles-ci sont plus fréquentes chez les personnes souffrant d'une maladie chronique (maladie cardiaque ou pulmonaire, diabète, etc.), les personnes âgées, les femmes enceintes et les nourrissons.



Comment prévenir la grippe ?

L'hygiène avant tout

- Lavez-vous régulièrement les mains avec de l'eau et du savon ou désinfectez-les à l'aide d'une solution hydroalcoolique.
- Lorsque vous éternuez ou toussiez, utilisez des mouchoirs en papier, jetez-les à la poubelle après les avoir utilisés une fois et, au moment d'éternuer ou de tousser, couvrez-vous le nez ou la bouche avec un mouchoir, votre avant-bras ou votre coude.
- Touchez le moins possible votre bouche, votre nez ou vos yeux.
- Si vous présentez les symptômes de la grippe, restez chez vous afin de ne contaminer personne.
- Assurez une ventilation suffisante dans les endroits très fréquentés.

Vaccination

- La vaccination contre la grippe vous permet d'éviter de contracter ce virus. Si vous tombez toutefois malade, les symptômes seront moins graves.

