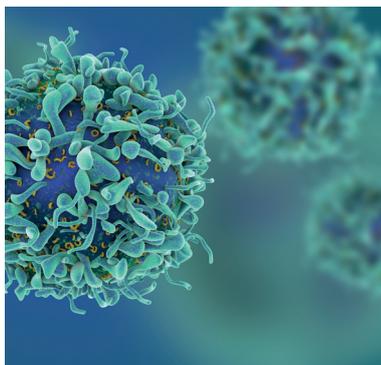


## Vaccination contre la grippe (influenza)



### QU'EST-CE QUE LA GRIPPE ?

Le virus de la grippe est l'un des virus les plus connus. Il se divise en trois groupes : A, B et C. Le virus de la grippe est en mutation permanente.

#### Transmission

La contamination a lieu par l'inhalation de microgouttelettes infectées. Elles sont libérées dans l'air par l'éternuement, la toux ou le rire. Un contact direct avec ces gouttelettes, avec une personne contaminée ou avec des objets contaminés (par exemple, un mouchoir, des couverts) peut également engendrer une contamination.

#### Contagiosité

Le patient est contagieux dès le premier jour jusqu'à 5 à 7 jours après l'apparition des symptômes.

#### Temps d'incubation

(durée entre la contamination et l'apparition des symptômes)  
Le temps d'incubation s'étend de 24 heures à 5 jours.

#### Groupes à risque

L'avis du Groupe IDEWE suit les recommandations du Conseil supérieur de la santé ainsi que du Centre européen de prévention et de contrôle des maladies (ECDC).

Les groupes à risque (= catégorie A) sont les suivants :

#### Groupe 1 : les personnes à risque de complications

- Les femmes enceintes, quel que soit le stade de grossesse.
- Tout patient à partir de l'âge de 6 mois présentant une affection chronique sous-jacente :
  - d'origine pulmonaire (incluant l'asthme sévère), cardiaque (excepté l'hypertension), hépatique, rénale ;
  - métabolique (incluant le diabète) avec un IMC > 35 ;
  - neuromusculaire ; ou
  - des troubles immunitaires (naturels ou induits).
- Toute personne de 65 ans et plus.
- Les personnes séjournant en institution.
- Les enfants de 6 mois à 18 ans compris sous thérapie à l'aspirine au long cours.

#### Groupe 2 : le personnel du secteur de la santé

Il peut en effet transmettre le virus.

#### Groupe 3 : les personnes vivant sous le même toit que

- des personnes à risque du groupe 1 ;
- des enfants de moins de 6 mois.



De plus, il est conseillé de vacciner toutes les personnes âgées de 50 à 65 ans (= catégorie B), même si elles ne souffrent pas d'une pathologie à risque. En effet, il y a 1 chance sur 3 qu'elles présentent un risque plus élevé de complications. Ce risque est d'autant plus présent chez des fumeurs, des buveurs excessifs et des personnes obèses (IMC > 30).

En cas de pénurie de vaccins ou de forte demande, la catégorie A aura la priorité sur la catégorie B. Le reste de la population forme la catégorie C et peut être vacciné pour des raisons personnelles si les stocks de vaccins le permettent.

## SYNDROME ET SYMPTÔMES

Le virus de la grippe engendre forte fièvre, douleurs à la tête, courbatures, toux sèche irritante, mal de gorge, écoulement nasal ou nez encombré, fatigue prononcée et manque d'appétit. Des complications sérieuses peuvent parfois survenir : pneumonie, déshydratation, convulsions fébriles et aggravation d'une maladie chronique telle que l'asthme, le diabète ou les problèmes cardiaques. Chez les personnes à la santé très fragile (personnes âgées et bébés), la grippe peut être mortelle.

## PRÉVENTION PAR LA VACCINATION

La vaccination constitue la manière la plus efficace de se protéger et de protéger les autres contre la grippe. Idéalement, celle-ci doit avoir lieu entre la fin du mois de septembre et le début du mois de décembre. Étant donné que le virus mute rapidement, la vaccination est annuelle.

Le vaccin est fortement recommandé aux personnes faisant partie du groupe à risque et à celles susceptibles de transmettre le virus à ces personnes à risque :

- le personnel des établissements de soins ou des maisons de repos ;
- les personnes et les enfants vivant sous le même toit qu'une personne à risque.

Les personnes suivantes peuvent également décider de se faire vacciner afin de se protéger et de protéger les autres :

- les personnes voyageant entre avril et septembre, dans des pays de l'hémisphère sud au climat modéré (saison locale de la grippe) ;
- toute personne souhaitant éviter la maladie.

Le vaccin est injecté par voie sous-cutanée ou intramusculaire et s'administre dans la partie supérieure du bras. Il peut provoquer une rougeur, une douleur ou un durcissement local. Certaines personnes peuvent présenter des symptômes généraux tels qu'une légère fièvre, des douleurs musculaires et des nausées. La vaccination contre la grippe ne peut en aucun cas provoquer la grippe ! Une réaction allergique est possible dans de très rares cas. Le vaccin est contre-indiqué en cas d'hypersensibilité (allergie) aux œufs ou à d'autres composants du vaccin. En cas de fièvre ou d'infection des voies respiratoires, il est préférable de reporter le vaccin.

Il existe d'autres virus liés au froid qui présentent les mêmes symptômes que la grippe. Le vaccin n'offre aucune protection contre ce type de virus ni contre la grippe aviaire. Le vaccin classique contre la grippe est toutefois administré aux personnes qui sont exposées à la grippe aviaire (par exemple, les aviculteurs, les vétérinaires, le personnel de la santé en contact avec des personnes infectées (par la grippe aviaire). Cela permet d'éviter le développement d'un virus plus dangereux (croisement du virus de la grippe avec le virus de la grippe aviaire). Ce type de virus aurait des conséquences catastrophiques et pourrait provoquer une pandémie.