

## Vaccination contre la grippe : que faut-il en penser ?

### RECOMMANDATIONS

La vaccination contre la grippe est **recommandée** chez les personnes âgées de **plus de 65 ans** ainsi que chez les personnes à risque de grippe sévère ou compliquée :

- les femmes **enceintes** quel que soit le trimestre de grossesse,
- les personnes atteintes de certaines **maladies chroniques** (dont les enfants > 6 mois),
- les personnes **obèses** (IMC ≥ 40 kg/m<sup>2</sup>),
- **l'entourage familial des nourrissons** de moins de 6 mois présentant des facteurs de risque de grippe grave,
- les personnes séjournant dans un **établissement** de soins de suite, ainsi que dans un établissement médicosocial.

Elle est également recommandée chez les professionnels en contact régulier avec des personnes à risque, le personnel navigant (bateaux de croisières, avions) et dans l'industrie du voyage.

Le schéma vaccinal est de **1 dose, à répéter tous les ans**. Parfois une 2<sup>ème</sup> dose est nécessaire chez l'enfant de moins de 8 ans.

### LA GRIPPE

La grippe est une infection virale respiratoire contagieuse à l'origine d'épidémies saisonnières, chaque hiver.

Le virus se transmet par voie directe (respiratoire, mains) ou indirecte (objets contaminés).

2 à 8 millions de cas de grippe sont diagnostiqués par an en France et on dénombre 10 000 à 15 000 décès par an.

La grippe se manifeste par :

- une fièvre importante,
- des douleurs musculaires ou articulaires,
- des maux de têtes,
- des signes respiratoires.

### A SAVOIR

- Le vaccin est dirigé contre **3 ou 4 souches** de virus différentes. Les souches composant le vaccin sont **revues chaque année** car le virus connaît une grande variabilité génétique.
- Il est important de refaire le vaccin **tous les ans**.
- Chez les femmes enceintes, la grippe peut provoquer une **fausse couche** ou un **accouchement prématuré**. De plus, la **vaccination** de la femme enceinte **protège le bébé** jusqu'à l'âge de 6 mois.
- Les **pandémies** grippales (grippe aviaire, grippe H1N1...) sont dues à un **réassortiment génétique** : 2 virus grippaux qui infectent un même hôte se mélangent pour donner un nouveau virus de la grippe.

### LE VACCIN DONNE TOUJOURS DES EFFETS SECONDAIRES **FAUX !**

Les effets secondaires sont les mêmes que pour tous les vaccins. Ils sont **bénins** et **disparaissent spontanément** : induration, douleur et sensibilité locale, rougeur locale, douleurs musculaires, fièvre, malaise, fatigue, maux de tête. Les effets secondaires généraux de type courbature, fièvre, malaise sont de durée brève comparé à la grippe.

Les **effets secondaires graves** sont extrêmement **rares** (réaction allergique grave : 1/1 million de doses).

### LES ADJUVANTS CONTENUS DANS LES VACCINS SONT DANGEREUX

**FAUX !**

Les adjuvants sont **indispensables** pour de nombreux vaccins car ils permettent **d'accroître l'immunité**.

Cependant, les vaccins antigrippaux pour 2015-2016 **ne contenaient pas d'adjuvant, car ils n'étaient pas nécessaires**.

### LE VACCIN NE SERT A RIEN ET IL EST PEU EFFICACE **FAUX !**

Chez l'adulte sain, le vaccin est **efficace**. Il permet de **diminuer l'incidence de la grippe de 70 à 90%** chez les moins de 65 ans. Chez les personnes âgées, il **diminue le risque de complications**. Ce vaccin est efficace mais il ne protège pas à 100%.

Ce vaccin est recommandé à l'entourage des personnes fragiles chez qui le vaccin peut être moins efficace ou qui ne peuvent pas être vaccinés afin de les protéger.

**La vaccination a un intérêt collectif important.**

L'objectif principal de la vaccination est de **diminuer les complications et les formes graves** de grippe. Il réduit le nombre de décès.

### LE VACCIN ANTI - GRIPPAL PEUT ME DONNER LA GRIPPE **FAUX !**

Les vaccins grippaux injectables sont des vaccins inactivés, ils ne contiennent donc **pas de virus vivant** et ne peuvent pas donner la grippe.

**Attention, il faut 15 jours pour que le vaccin soit efficace.**

Il est donc possible de développer une grippe durant ces 15 jours.

Une personne vaccinée contre la grippe peut cependant présenter un **syndrome grippal** : fièvre, frissons, céphalées, douleurs musculaires, toux, fatigue...

En effet, durant l'épidémie de nombreux virus circulent pour lesquels le vaccin ne protège pas et peuvent donner ce syndrome grippal.

**TOUT SYNDROME GRIPPAL N'EST PAS LA GRIPPE.**

## HALTE AUX IDEES RECUES

### LA GRIPPE N'EST PAS GRAVE CAR JE SUIS JEUNE ET EN BONNE SANTE **FAUX !**

La grippe est une maladie aiguë virale très contagieuse. Si elle est généralement bénigne chez le sujet jeune sans facteur de risque, elle peut cependant être responsable chez ces personnes de **complications** : syndrome de détresse respiratoire aiguë, infection pulmonaire bactérienne, otite moyenne aiguë, myosites (inflammation des muscles), complications cardiaques, neurologiques...

Sources : [Calendrier Vaccinal 2020](#) – [Santé Publique France](#) - CRES PACA Lettre n°3 grippe grand public – Institut Pasteur – E. Pilly 2020 27<sup>ème</sup> édition