

## La vaccination est le meilleur moyen de prévenir les complications de la grippe chez les personnes vulnérables en raison de leur état de santé ou de leur âge

Les virus de l'influenza circulent chaque année au Québec, surtout pendant la période allant de la fin de l'automne au début du printemps. Le fardeau de la maladie est variable et imprévisible d'une année à l'autre, mais la grippe saisonnière fait des victimes chaque année.

N'oubliez pas la vaccination contre le pneumocoque ! Le vaccin polysaccharidique contre le pneumocoque (Pneu-P) est maintenant recommandé à toutes les personnes âgées de 65 ans et plus, peu importe le nombre de doses de Pneu-P reçues dans le passé.

- La grippe se transmet facilement d'une personne à l'autre et débute avant même la survenue des symptômes.
- La vaccination est une mesure préventive simple, gratuite et sécuritaire qui permet de diminuer les risques liés à la maladie.

Virus de la grippe cherche partenaire pour passer l'hiver



## La grippe

### Épidémiologie

Les virus grippaux regroupent différents types dont les types A et B, responsables des éclosions communautaires saisonnières.

La durée de la saison de la grippe peut varier. L'activité grippale débute généralement à l'automne avec des pics observés en hiver.

Les saisons sont imprévisibles en termes de début, d'ampleur et de gravité.

La saison grippale 2016-2017 a été dans l'ensemble d'une intensité plus faible que les saisons précédentes.

Le bilan épidémiologique complet de la saison 2016-2017 a été publié en octobre dans le bulletin [Flash Grippe](#) produit par le MSSS.

### Transmission

La grippe est une infection des voies respiratoires très contagieuse qui peut se propager rapidement dans les milieux très fréquentés comme les écoles et les établissements de soins.

La période d'incubation est habituellement de 2 jours, mais elle peut varier de 1 à 4 jours.

Une personne infectée peut être contagieuse 24 heures avant le début des symptômes et jusqu'à 7 jours après, parfois même un peu plus longtemps. Les jeunes enfants et les personnes âgées peuvent être contagieux jusqu'à 14 jours après le début des symptômes.

La transmission du virus est essentiellement interhumaine, soit de façon directe par contact avec les gouttelettes chargées de virus projetées dans l'air par la toux, l'éternuement, la parole, soit de façon indirecte par le biais des mains et des objets contaminés par les gouttelettes infectantes.

### Description clinique

Les symptômes et signes cliniques sont variables et non spécifiques.

Les symptômes incluent habituellement l'apparition soudaine d'une forte fièvre, d'une toux et de douleurs musculaires.

Les maux de tête, les frissons, la perte d'appétit, la fatigue et le mal de gorge sont d'autres symptômes fréquents.

La grippe peut aussi provoquer des nausées, des vomissements et de la diarrhée, en particulier chez les enfants.

La grande majorité des personnes infectées s'en rétablissent spontanément au bout de 5 à 7 jours. La toux et la fatigue peuvent toutefois durer jusqu'à 2 semaines, et même plus.

Chez les personnes plus âgées ou très jeunes et celles rendues vulnérables par une condition médicale chronique, la gravité de la maladie et le risque de complications (ex. : otite, sinusite, bronchite et pneumonie) sont plus importants.

Certaines complications peuvent entraîner l'hospitalisation et même la mort.

## Le vaccin contre la grippe

La meilleure façon de se protéger des complications de la grippe est de se faire vacciner.

La composition du vaccin est déterminée annuellement pour l'ensemble de l'hémisphère Nord, sur la recommandation de l'Organisation mondiale de la santé, de manière à inclure les souches des virus influenza les plus susceptibles de circuler au cours de l'automne et de l'hiver.

Pour la saison 2017-2018, les souches contenues dans les vaccins sont :

- A/Michigan/45/2015 (H1N1)pdm09
- A/Hong Kong/4801/2014 (H3N2)
- B/Brisbane/60/2008 de la lignée B/Victoria
- B/Phuket/3073/2013 de la lignée B/Yamagata, (souche présente seulement dans les vaccins quadrivalents)

### Efficacité vaccinale

Le vaccin peut prévenir l'infection, ou du moins, réduire la gravité de la maladie. Il diminue le nombre de visites chez le médecin, le nombre d'hospitalisations et le nombre de décès.

En raison des caractéristiques inhérentes aux virus de l'influenza et des vaccins utilisés, l'efficacité vaccinale contre l'influenza varie d'une année à l'autre. D'après l'ensemble des données de la littérature, la vaccination contre la grippe amène :

- une réduction de la grippe de l'ordre de 40 à 60 % : 60 % contre la grippe A(H1N1) et la grippe B et 40 % contre la grippe A(H3N2);
- un bénéfice particulièrement important chez les personnes présentant des risques élevés de complications et de décès, soit les personnes âgées et celles avec des maladies sous-jacentes;
- chez les adultes, une baisse de l'absentéisme au travail ainsi qu'une diminution du recours aux services de santé, incluant l'utilisation d'antibiotiques.

### À qui est recommandé le vaccin contre la grippe ?

Le vaccin est particulièrement recommandé et offert gratuitement aux :

- enfants âgés de 6 à 23 mois;
- personnes âgées de 2 ans et plus souffrant de certaines maladies chroniques (ex. : diabète, maladies cardiaques, respiratoires ou rénales, immunodépression), y compris les femmes enceintes;
- femmes enceintes en bonne santé, durant les 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> trimestres de leur grossesse;
- personnes âgées de 60 ans et plus;
- travailleurs de la santé et des services de garde;
- proches des personnes courant un risque accru de complications, y compris l'entourage des enfants de moins de 6 mois.

- [Protocole d'immunisation du Québec](#)
- [Fiche indicative - Vaccination gratuite contre la grippe et contre les infections invasives à pneumocoque](#)
- [Affiche sur les précautions additionnelles](#)
- [Portail santé mieux-être](#)

EN SAVOIR PLUS

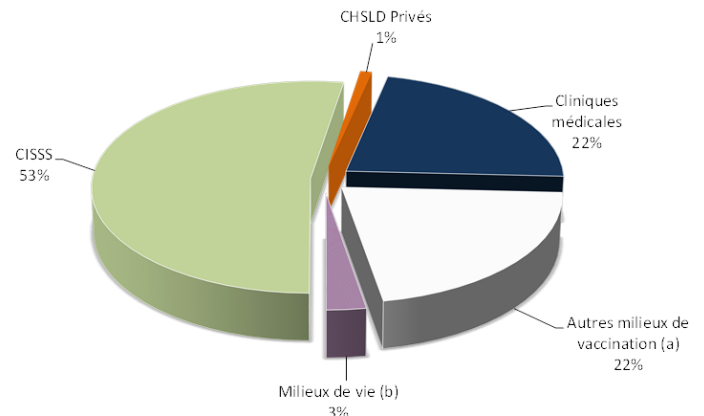
Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Centre



## Bilan de la campagne de vaccination contre l'influenza en Montérégie 2016-2017

Près de 244 000 doses de vaccins ont été administrées. Un peu plus de la moitié des doses de vaccins (53 %) ont été administrées par le personnel des CISSS.

### Pourcentage des doses de vaccins administrées selon le lieu de vaccination, Montérégie, 2016-2017



Note : Pour les CISSS, les données ont été produites par l'Infocentre et extraites par la DSPublique le 30 mai 2017. Pour les autres milieux, les données ont été colligées par la DSPublique le 15 mai 2017 à partir des celles fournies par les vaccinateurs.

## N'oubliez pas la vaccination contre le pneumocoque !

Le pneumocoque est une bactérie fréquente dans le nasopharynx, responsable d'un grand nombre d'infections invasives telles que la pneumonie, la méningite et la bactériémie.

La vaccination contre le pneumocoque protège contre des infections graves, voire mortelles. Les personnes à risque élevé d'infections invasives dues au pneumocoque sont aussi presque toutes à risque plus élevé de complications dues au virus de la grippe. La campagne de vaccination contre l'influenza est donc une opportunité de les protéger.

Une [fiche indicative](#) de la vaccination gratuite contre l'influenza et contre le pneumocoque est disponible sur le site Web du Ministère.

### Nouveauté pour le Pneumovax 23 (Pneu-P)

Suite à un avis récent du Comité sur l'immunisation du Québec, il est maintenant recommandé d'administrer 1 dose du vaccin polysaccharidique contre le pneumocoque à toutes les personnes, même à celles qui auraient déjà reçu une ou plusieurs doses avant l'âge de 65 ans. Cette dose doit être administrée au moins cinq ans après la dernière. On retrouve cette recommandation dans la dernière mise à jour du [PIQ](#).



Ce document peut être reproduit ou téléchargé pour une utilisation personnelle ou publique à des fins non commerciales, en mentionnant la source.

DSP Montérégie  
 Rédactrice : Lina Perron  
 Collaboratrice : Irène Lamothe  
 Révision et mise en page : Cindy Lachance-Saavedra