



# La vaccination est la meilleure protection contre la grippe.

## La grippe Une infection virale très contagieuse

La grippe (influenza) est une infection virale très contagieuse qui sévit principalement entre décembre et avril, et qui peut causer d'importantes épidémies. L'influenza se propage facilement dans l'air lorsqu'une personne infectée tousse, éternue ou touche des objets contaminés par le virus. À première vue, la grippe peut sembler banale. Cependant, elle s'accompagne de symptômes importants qui peuvent durer de 5 à 10 jours, comme la fièvre, la toux, les douleurs musculaires ou un malaise généralisé. La maladie peut même s'aggraver jusqu'à entraîner une pneumonie et ainsi avoir de graves conséquences pouvant aller jusqu'au décès, surtout chez les personnes atteintes d'une maladie chronique. Non, la grippe n'est pas un rhume!

## Comment différencier la grippe d'un rhume ?

Symptômes	Rhume	Grippe (Influenza)
Durée	Moins de 14 jours	7-14 jours
Toux	Fréquente	Fréquente (sèche)
Éternuements	Fréquents	Non
Écoulement nasal, congestion du nez	Fréquent	Parfois
Mal de gorge	Fréquent	Parfois
Fièvre	De courte durée	Fréquente
Mal de tête	Rare	Fréquent
Douleurs musculaires	Fréquentes	Fréquentes

## La vaccination La meilleure arme pour lutter contre l'infection grippale

La meilleure façon de se protéger contre le virus demeure la vaccination. **Le vaccin antigrippal, composé de particules virales inactivées, ne cause pas la grippe contrairement à ce que plusieurs croient.** La composition du vaccin varie chaque année en fonction, notamment, des observations du Réseau mondial des laboratoires, coordonné par l'Organisation Mondiale de la Santé. Ce réseau a comme principale fonction d'isoler les virus partout dans le monde et d'identifier les nouvelles souches de la grippe. Il faut donc se faire vacciner chaque année.

## Les effets indésirables

La grande majorité des gens qui reçoivent le vaccin ne ressentent aucun effet indésirable ou très peu. Ces effets peuvent se traduire par une légère douleur au site de l'injection ou plus rarement, de la fièvre, un malaise ou des douleurs musculaires. Ces symptômes peuvent durer entre 24 et 48 heures. L'acétaminophène peut aider à diminuer les effets indésirables.

Comme pour n'importe quel vaccin ou produit pharmaceutique, il est possible, mais peu probable, qu'une allergie ou une réaction grave se produise.

Si, suite à la vaccination, vous présentez une forte fièvre ou des effets indésirables inhabituels d'une durée de plus de 48 heures, **consultez votre médecin et avisez Biron Groupe Santé en composant le 1 855 522-4766.**

## Voici quelques conseils si des effets indésirables survenaient

Réaction possible	Délai	Durée	Que faire?
Gonflement et rougeur au site d'injection	Quelques heures après le vaccin	1-2 jours	Appliquer des compresses humides froides
Légère fièvre, malaises ou douleurs musculaires	Quelques heures après le vaccin	1-2 jours	Prendre un médicament contre la fièvre (acétaminophène)
Rougeur aux yeux, mal de gorge, toux, difficulté à respirer ou enflure du visage	Dans les 24 heures après le vaccin		Consulter un médecin selon la gravité des symptômes