

«Choisissez le vaccin pas la grippe» Recommandations pour la vaccination contre la grippe saisonnière.

La grippe saisonnière, causée par le virus Influenza, est l'une des infections des voies respiratoires les plus fréquentes chez l'être humain. Des épidémies surviennent chaque année, en général entre novembre et avril. Les conséquences d'une grippe peuvent être très graves, tout particulièrement pour les personnes de plus de 65 ans et celles souffrant de maladies chroniques. Afin d'éviter des complications telles que pneumonies ou autres infections bactériennes, il est possible de se protéger contre cette maladie au moyen d'un vaccin sûr. La vaccination est recommandée aux personnes à risque, à leurs proches et au personnel de santé, et pour toute personne désirant éviter la maladie.

La grippe, un simple refroidissement?

La grippe saisonnière ne doit pas être confondue avec un simple refroidissement (rhume, éternuements, yeux rougis et maux de gorge). Une grippe peut être grave et entraîner des complications allant jusqu'au décès. Les symptômes d'une grippe sont une brusque fièvre supérieure à 38°C, des maux de tête et des accès de toux ainsi que parfois des difficultés respiratoires, des douleurs musculaires et articulaires. Chez les enfants, des diarrhées et des douleurs abdominales peuvent également survenir.

Chez les personnes dont le système immunitaire est normal, une grippe peut durer une dizaine de jours. Chez les personnes de plus de 65 ans, les nourrissons et les personnes souffrant de maladies chroniques, elle peut entraîner des complications (pneumonies, autres infections bactériennes, difficultés respiratoires sévères...) pouvant conduire à l'hospitalisation ou au décès.

On estime à 200'000 en moyenne les personnes infectées annuellement par le virus de la grippe en Suisse. En moyenne, 400 à 1000 personnes décèdent chaque année des suites de complications. Leur nombre peut être 2 à 3 fois supérieur lors d'une épidémie de grande ampleur.

Le virus de la grippe se propage très facilement, en particulier dans les espaces fermés, par la toux et les éternuements. Même les personnes qui ne présentent aucun symptôme typique de la grippe peuvent transmettre le virus à leur entourage. Les hôpitaux ou les homes sont des endroits typiquement à risque élevé.

Le vaccin.

Il s'agit d'un vaccin inactivé (ne contient pas de virus vivant). Il ne peut donc pas causer la grippe. Il est composé de fragments de virus de plusieurs souches différentes (habituellement trois), qui peuvent changer d'une année à l'autre, d'après les recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé. Tous les vaccins enregistrés en Suisse sont administrés par injection.

Quelle que soit la tranche d'âge, la vaccination permet de réduire le nombre de cas de maladie et celui des consultations médicales. L'effet protecteur est plus élevé chez les jeunes adultes que chez les aînés. Si une personne vaccinée contracte tout de même la grippe, le risque de complications est diminué. Par conséquent, la vaccination permet de conserver une meilleure qualité de vie, notamment chez les personnes âgées.

La vaccination contre la grippe saisonnière ne protège pas des refroidissements bénins, ni d'une infection au virus de la grippe aviaire (H5N1).

Le vaccin protège pour une saison seulement. Il doit donc être renouvelé chaque année de préférence entre mi-octobre et mi-novembre.

Le vaccin peut provoquer une réaction locale avec des douleurs et une rougeur au point d'injection pendant deux jours. Il peut aussi donner de la fièvre, des maux de tête ou des douleurs musculaires. Si ces symptômes persistent ou s'aggravent, il est conseillé de consulter un médecin.

Les personnes à vacciner.

- a) Les personnes avec un haut risque de complications en cas d'infection (prise en charge par l'assurance-maladie obligatoire):
 - les personnes âgées de plus de 65 ans,
 - les adultes et les enfants ayant des maladies chroniques (maladies cardiaques ou pulmonaires chroniques, asthme bronchique, malformations cardiaques congénitales, mucoviscidose, troubles métaboliques chroniques, notamment diabète, insuffisance rénale, hémoglobinopathie ou immunosuppression),
 - les résidents d'une maison de soins ou pour personnes âgées et les patients résidant dans un établissement pour malades chroniques.
- b) Les personnes susceptibles de transmettre le virus à des personnes avec un risque accru de complications (pas pris en charge par l'assurance-maladie obligatoire pour les personnes de moins de 65 ans; toutefois l'employeur prend souvent les coûts à sa charge):

- le personnel soignant et médical ainsi que toutes les personnes qui sont en contact direct avec des patients dans les hôpitaux, les cliniques et les cabinets médicaux, les soins à domicile et/ou dans les maisons de soins ou pour personnes âgées, les établissements thermaux ainsi que les pharmacies,

- les personnes qui sont en contact avec des personnes présentant un risque accru de complications, ou vivant avec elles dans le même foyer (enfants y compris).

- c) Depuis 2005, les personnes en contact professionnel régulier avec de la volaille ou des oiseaux sauvages (pour éviter une infection en même temps par le virus humain et le virus animal, qui constituerait un risque de développement d'un virus nouveau plus virulent).
- d) Une vaccination contre la grippe saisonnière peut aussi être envisagée pour les personnes qui veulent généralement limiter leur risque de maladie.

Situations particulières.

Femmes enceintes

Le vaccin n'est pas contre-indiqué pendant la grossesse. La vaccination des femmes qui sont au deuxième ou troisième trimestre de leur grossesse pendant la saison de la grippe est essentiellement recommandée en présence de facteurs de risque supplémentaires, comme les affections chroniques cardiaques, pulmonaires, rénales ou les troubles métaboliques chroniques. La vaccination des femmes enceintes est efficace pour les protéger elles-mêmes et confère un bénéfice au nouveau-né. Aucun effet indésirable sévère n'a été enregistré consécutivement à l'administration de vaccins inactivés contre la grippe pendant la grossesse.

Voyageurs

La vaccination des personnes à risque qui se rendent dans les pays tropicaux est recommandée pendant toute l'année. Elle est également conseillée à titre préventif aux personnes à

risque qui se rendent dans l'hémisphère sud pendant la période de juin à septembre. Le vaccin pour l'hémisphère sud est disponible en Suisse dans certains centres de consultation pour voyageurs.

Contre-indications.

Hormis des réactions allergiques aux protéines de l'œuf et aux autres composants du vaccin, il n'existe aucune contre-indication à la vaccination contre la grippe après l'âge de six mois.

Y-a-t-il un autre moyen de se prémunir contre la grippe saisonnière?

Vous pouvez également contribuer à vous protéger des infections et à en protéger les autres par des mesures d'hygiène simples, comme se laver régulièrement les mains, éviter de se frotter les yeux et le nez, rester à la maison si vous vous sentez peu bien, éviter tout contact avec des malades ou des personnes vivant dans des foyers de soins de longue durée si vous vous sentez malade.

Votre médecin recommande à toutes les personnes âgées de plus de 65 ans ainsi qu'aux personnes à risque et à leur entourage de se protéger contre la grippe saisonnière. N'hésitez pas à en discuter avec lui: il répondra volontiers à vos questions.

Compléments d'information:

Vous trouverez également plus d'informations sur la grippe saisonnière en consultant le site www.bag.admin.ch/influenza ou sur la vaccination en général à l'adresse www.infovac.ch

Ce document a été préparé par l'Office fédéral de la santé publique et la Commission fédérales pour les vaccinations.

Etat: septembre 2007

Tampon du médecin

Des exemplaires supplémentaires peuvent être commandés chez:

OFCL, Distribution des publications fédérales, Berne

Fax: +41 (0)31 325 50 58, e-mail: verkauf.zivil@bbl.admin.ch

N° de commande: **311.280.f**



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'intérieur DFI
Office fédéral de la santé publique OFSP

EKIF : CFV

COMMISSION FÉDÉRALE POUR LES VACCINATIONS

Secrétariat: Section Vaccinations, Office fédéral de la santé publique OFSP

Tél. secrétariat: +41 (0)31 323 87 06, fax secrétariat: +41 (0)31 323 87 95

E-mail: info@cfv.ch, Internet: www.cfv.ch