

Faut-il se vacciner contre la grippe saisonnière ?

POINT SUR LES IDÉES REÇUES

Idée reçue n° 1 : La grippe n'est pas une maladie grave. Faux !

La grippe est une maladie contagieuse qui normalement guérit spontanément le plus souvent. Cependant, elle peut entraîner des complications sérieuses et être dangereuse pour certaines personnes fragiles. Elle est responsable d'un nombre élevé de décès chaque hiver. Si vous êtes considéré comme une personne ayant un risque de développer des formes graves de grippe, il est nécessaire de vous faire vacciner.

Idée reçue n° 2 : Le vaccin contre la grippe saisonnière n'est pas efficace. Faux !

La vaccination contre la grippe (notamment des personnes particulièrement fragiles) a pour objectif de diminuer les risques de complications et de formes graves. La mortalité attribuée à la grippe a d'ailleurs fortement diminué depuis que la vaccination contre la grippe existe. Aucun vaccin n'assure une protection à 100% et il arrive parfois qu'une personne vaccinée attrape la grippe. Cependant, la maladie est alors généralement moins sévère et les risques de complications moins élevés.

Idée reçue n° 3 : Le vaccin contre la grippe est dangereux. Faux !

La fabrication du vaccin contre la grippe et son autorisation

d'utilisation se font chaque année selon les mêmes procédures. Les effets indésirables des vaccins sont connus et peu fréquents et il est bien plus dangereux d'avoir une forme grave de grippe que de se faire vacciner. La meilleure protection contre la grippe, c'est la vaccination. La vaccination contre la grippe est bien tolérée mais peut provoquer quelques réactions peu sévères comme de la fièvre ou une inflammation au point d'injection.

Idée reçue n° 4 : Le vaccin contre la grippe saisonnière contient un adjuvant. Faux !

Les vaccins contre la grippe saisonnière disponibles sur le marché ne contiennent pas d'adjuvant.

Idée reçue n° 5 : J'ai été vacciné l'année dernière donc je n'ai pas besoin de le refaire cette année. Faux !

Le vaccin contre la grippe saisonnière est actualisé tous les ans car d'une année à l'autre, les virus qui circulent sont différents. Il est, depuis toujours, dirigé contre les 3 types de virus qui ont le plus circulé durant l'hiver précédent et qui sont donc susceptibles d'être présents lors de l'hiver suivant. L'an dernier, c'est le A(H3/N2) qui a majoritairement circulé. Le vaccin de cette année a donc été modifié en conséquence. Ainsi, si j'ai été vacciné l'année dernière, je ne serai peut-être pas protégé cette année et je dois, si je suis à risque, me faire vacciner contre la grippe saisonnière cette année.

Idée reçue n° 6 : Le vaccin provoque la grippe. Faux !

Le vaccin préparé à partir de virus tué ne peut en aucun cas

provoquer de grippe. Une forte réaction fébrile accompagnée d'un état grippal peut survenir le lendemain, manifestations cédant en 2 jours maximum.

RECOMMANDATIONS

Vacciner tout le monde et pas uniquement les personnes âgées

- Les personnes âgées de plus de 65 ans et celles atteintes de maladies chroniques sont celles qui sont les premières concernées par le vaccin.
- Mais le vaccin anti-grippal est conseillé à la majorité des adultes, mais également la plupart des enfants, **notamment ceux atteints de pathologies respiratoires.**

Les personnes allergiques à l'œuf

- Les personnes allergiques à l'œuf doivent prendre l'avis de leur allergologue avant de se faire vacciner car le vaccin est fabriqué avec des protéines d'œuf et peut représenter une contre-indication.

Délai d'efficacité du vaccin

- Une quinzaine de jours sont nécessaires afin que la protection du vaccin soit efficace.
- Il est indispensable de se faire vacciner avant l'apparition des premiers cas.

Efficacité du vaccin

- Le vaccin assure une protection de 70 à 90 % environ.

Attraper la grippe malgré le vaccin

- Il est ainsi possible d'être atteint de la grippe même en ayant été vacciné car le vaccin ne protège pas contre certaines souches de la grippe : mais les manifestations seront moins violentes et les complications moins fréquentes.

Quand faire le vaccin ?

- Effectuer le vaccin le plus rapidement possible avant l'arrivée du virus.
- D'autre part, se faire vacciner précocement permet d'éviter d'être confronté à une rupture de stock du vaccin.
- Idéalement à la Toussaint pour être protégé tardivement si l'épidémie est décalée.

Source : [le site du Ministère des Affaires Sociales et de la Santé](#)