

## LE VACCIN

- **Virus inactivé** : on sollicite la fabrication d'anticorps par l'injection « de petits morceaux de capsule du virus tué ».
- **Composition** : fragments de virus INFLUENZA issus de 4 souches différentes ( A H1N1, H3N2, B), de l'eau, additifs pour la conservation et la stabilisation, faibles traces de protéines d'œufs de poule.
- **Les virus mutent**, donc chaque automne le vaccin est adapté en fonction des recommandations de l'OMS.

## BÉNÉFICES DU VACCIN

- Bénéfice individuel mais aussi collectif
- Réduit le risque de contracter la maladie et ses complications graves
- Réduit le risque de transmission à son entourage et aux patients

## EN CHIFFRES

**9000** décès de la grippe par an pour les personnes de 65 ans et plus, contre **3469** décès liés aux accidents de la voie publique.

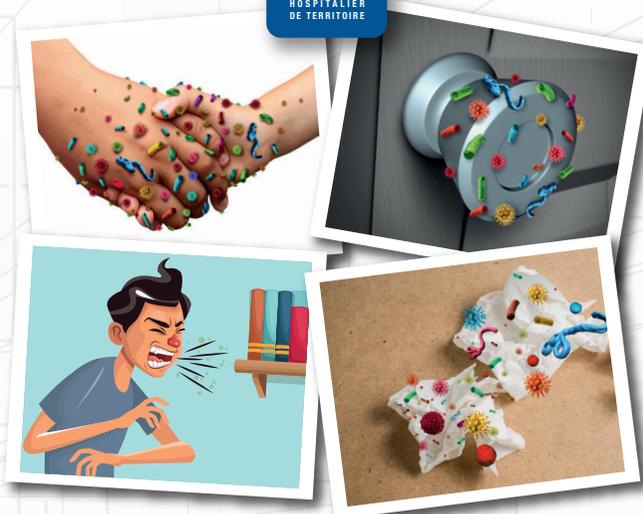
## QU'EST-CE QUE LA GRIPPE ?

- Une maladie virale due à un influenza virus
- Une maladie très contagieuse
- Une maladie transmise par gouttelettes et contact muqueux
- Le virus de la grippe peut survivre :
  - **3** jours sur un billet de banque
  - **17** jours s'il est accompagné de sécrétions rhinopharyngées
  - **24 à 48h** sur une surface dure (acier, plastique)
  - **8 à 12h** sur le tissu humain

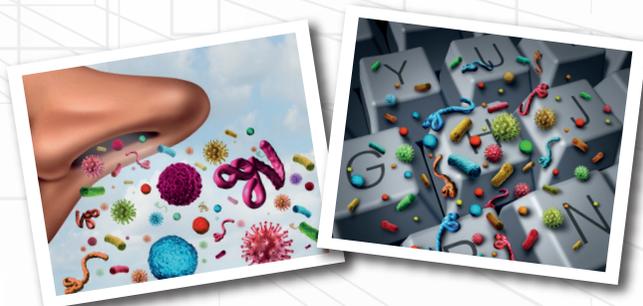
## SYMPTÔMES

- Incubation de 48h à 72h
- Début brutal : fièvre élevée, frissons, malaise intense
- Douleurs diffuses (muscles, maux de tête)
- Anorexie (perte d'appétit)
- Fatigue
- Atteinte des voies respiratoires, se manifestant de façon inconstante par une rhinite, toux ou bronchite

**CONTAGIOSITE J-1  
JUSQU'À 6 JOURS APRÈS  
LES PREMIERS SYMPTÔMES**



# La GRIPPE



## IDÉES REÇUES

- Le vaccin de la grippe contient de l'aluminium et des adjuvants dangereux : **FAUX**

Le vaccin de la grippe ne contient aucun adjuvant stimulant la réponse immunitaire et encore moins de l'aluminium.

- Le vaccin contre la grippe ne sert à rien : **FAUX**

- Il réduit les risques de complications et de formes graves liés à la grippe.
- Il réduit le risque de transmission à votre entourage, aux personnes fragilisées et aux patients.

- Le vaccin contre la grippe donne la grippe : **FAUX**

- Le virus est inactivé donc c'est impossible.
- On sollicite la fabrication d'anticorps par l'injection d'antigènes de surface contrairement aux vaccins vivants qui inoculent la maladie à petites doses.

- Je me suis fait vacciner et pourtant j'ai eu la grippe : **C'EST POSSIBLE**

- Avez-vous eu réellement la grippe ou une autre maladie respiratoire ?
  - L'efficacité du vaccin varie d'une année sur l'autre en fonction du choix de types de souches présentes les hivers derniers
  - Il n'assure pas une protection à 100% comme tous les vaccins.
  - L'efficacité varie en fonction de la réponse immunitaire de chacun.

- Les traitements homéopathiques sont aussi efficaces que les vaccins contre la grippe : **FAUX**

- Seuls les vaccins grippaux ont une efficacité démontrée dans la prévention de la grippe.
- Par conséquent ils ne peuvent pas être remplacés par un traitement homéopathique.

### Pour vous faire vacciner :

- Si vous êtes un patient rapprochez-vous de votre médecin traitant
- Si vous êtes un professionnel, contactez le service de santé au travail

## DES GESTES SIMPLES POUR LIMITER LES RISQUES DE TRANSMISSION

### MOYENS DE TRANSMISSIONS

- **Voie aérienne** (toux, éternuements..)
- **Contacts physiques** (poignées de mains, embrassades)

### ÉVITER LA TRANSMISSION

- Vous êtes professionnel : désinfectez-vous les mains à la solution hydro-alcoolique autant que nécessaire.
- Vous êtes patient : lavez-vous les mains plusieurs fois par jour avec une solution hydro-alcoolique pendant 30 sec :
  - après avoir éternué, toussé ou vous être mouché ;
  - avant et après chaque repas ;
  - après être allé aux toilettes.
- Mettez un masque de soin systématiquement si vous éternuez ou tousssez.
- Utilisez des mouchoirs à usage unique et jetez-les immédiatement après chaque utilisation.
- Pour éternuer ou tousser, se couvrir le nez et la bouche avec un mouchoir, le bras ou la manche.