

Vaccin contre la grippe saisonnière 2025-2026

Qu'est-ce que l'influenza?

- La grippe (influenza) est une maladie causée par un virus qui se propage facilement par la toux, les éternuements et le contact direct avec les sécrétions du nez et de la gorge.
- Elle peut donner lieu à une hospitalisation ou entraîner le décès de la personne infectée, surtout dans le cas de très jeunes enfants, de personnes âgées et de personnes souffrant de problèmes de santé sous-jacents.
- Les symptômes comprennent l'apparition soudaine de fièvre, de toux, de frissons, de douleurs musculaires, de maux de tête et d'écoulement nasal.
- Les personnes infectées peuvent transmettre le virus à d'autres avant même de ressentir des symptômes.

Comment puis-je me protéger de la grippe ou prévenir sa propagation?

- **Faites-vous vacciner tous les ans** afin de vous protéger et de protéger votre entourage.
- Restez à la maison si vous ne vous sentez pas bien.
- Lavez-vous les mains régulièrement.
- S'il n'y a ni savon ni eau, employez un gel désinfectant pour les mains à base d'alcool.
- Couvrez votre bouche lorsque vous toussiez et couvrez votre nez et votre bouche lorsque vous éternuez pour empêcher un contact direct avec les gouttelettes projetées par le nez ou la gorge.
- Nettoyez et désinfectez régulièrement toutes les surfaces.

Qui peut se faire vacciner gratuitement?

- Toutes les personnes âgées de 6 mois et plus.
- Il est recommandé que les adultes âgés de 65 ans et plus reçoivent le vaccin antigrippal à efficacité accrue.

Le vaccin est fortement recommandé aux :

- résidents de foyers de soins de longue durée et de soins personnels;
- personnes atteintes d'une maladie chronique telles que les suivantes, sans toutefois s'y limiter :
 - une maladie pulmonaire ou cardiaque;
 - l'asthme;
 - le diabète sucré;

- des problèmes neurologiques;
- un cancer;
- une maladie du rein;
- une obésité sévère;
- les enfants qui prennent de l'aspirine à long terme.

- personnes enceintes (tout au long de la grossesse);
- personnes autochtones
- personnes ayant un risque élevé d'exposition professionnelle aux virus grippaux aviaires A;
- enfants âgés de 6 à 59 mois (de moins de 5 ans).

REMARQUE : Les enfants âgés de moins de 9 ans **qui n'ont jamais** reçu le vaccin antigrippal ont besoin de 2 doses, administrées à 4 semaines d'intervalle.

Groupes pour lesquels l'administration du vaccin est recommandée afin de protéger les personnes à risque élevé :

- Les travailleurs de la santé, les bénévoles et les visiteurs aux établissements de soins de santé.
- Les personnes ayant des contacts familiaux ou étroits avec une personne susceptible d'être très malade si elle contracte la grippe.
- Les personnes ayant des contacts familiaux ou étroits avec un bébé âgé de moins de 6 mois.
- Les membres d'une famille qui attend la naissance d'un enfant.
- Les personnes qui gardent régulièrement des enfants de moins de 5 ans, que ce soit à la maison ou ailleurs.

Qui ne devrait pas être vacciné?

- Toute personne souffrant d'une maladie grave aiguë, accompagnée ou non de fièvre, devrait reporter la vaccination jusqu'à ce qu'elle se sente mieux.
- Toute personne ayant déjà eu une réaction grave ou constituant un danger de mort à la suite de l'injection d'une dose de vaccin antigrippal ou qui souffre d'allergies graves à l'un de ses composants (y compris aux œufs).
- Les bébés âgés de moins de 6 mois.
- Les personnes ayant été atteintes du syndrome de Guillain-Barré (SGB) (un trouble neurologique) dans les 6 semaines suivant l'administration antérieure d'un vaccin antigrippal.

À quel moment est-on protégé par le vaccin?

- La protection (anticorps) se développe en moins de 2 semaines après la vaccination chez la majorité des personnes en bonne santé.
- L'efficacité du vaccin varie selon l'âge et la réponse immunitaire de la personne vaccinée, ainsi que le degré de similarité (concordance) entre les souches virales employées pour le vaccin et celles qui circulent dans la population.

De l'**acétaminophène** (à tout âge; Tylenol®, Tempra®) ou de l'**ibuprofène** (6 mois et plus; Advil®, Motrin®) peuvent être administrés pour traiter la fièvre et la douleur. **Il ne faut PAS administrer d'AAS** (Aspirin®) aux enfants de moins de 18 ans afin d'éviter toute apparition du syndrome de Reye.

Quelles sont les réactions possibles au vaccin?

- **Les vaccins sont des produits très sûrs. Il est bien plus dangereux de contracter la grippe que de se faire vacciner.**
- Les réactions prévues et temporaires qui surviennent le plus couramment au cours des 2 à 3 jours suivant l'administration d'un vaccin comprennent :
 - Douleur, chaleur, rougeur et enflure au point d'injection ou une mobilité limitée du bras ou de la jambe ayant reçu l'injection.
 - Maux de tête, douleurs musculaires, fièvre, frissons, fatigue, douleurs articulaires, irritabilité, transpiration, perte d'appétit et enflure des glandes lymphatiques au niveau de la mâchoire et du cou.
- La majorité des réactions disparaissent dans les 3 jours suivant la vaccination.
- Ne traiter la fièvre d'un enfant qu'après 6 à 8 heures suivant la vaccination s'il ne se sent pas bien, s'il refuse de boire ou s'il a du mal à dormir.

Réactions moins courantes :

- Syndrome oculorespiratoire (SOR). Informez le personnel infirmier de la santé publique, un médecin ou une infirmière praticienne ou un infirmier praticien si, à la suite d'une vaccination antigrippale antérieure, vous avez éprouvé un des symptômes suivants : des douleurs, rougeurs et démangeaisons oculaires ; ou des troubles respiratoires (difficultés à respirer, toux, respiration sifflante, oppression thoracique, mal de gorge) avec ou sans œdème facial.
- Le taux d'incidence du syndrome de Guillain-Barré (SGB), toutes causes confondues (y compris la grippe), est de 1 ou 2 cas par an pour 100 000 personnes (ce qui équivaut à 10 à 20 cas par an pour un million de personnes). Les recherches ont démontré qu'il n'y a aucun risque ou seulement un risque négligeable de contracter le SGB qui est attribuable au vaccin contre la grippe, soit de l'ordre de 1 cas sur un million de doses par an.

Il est important de rester à la clinique pendant 15 minutes après la vaccination en raison de la possibilité extrêmement rare d'une réaction allergique constituant un danger de mort, nommée anaphylaxie. Ce genre de réaction peut comprendre de l'urticaire, des problèmes respiratoires ou une enflure de la gorge, de la langue ou des lèvres. **Si cela se produit après avoir quitté la clinique, composez le 911 ou le numéro des services d'urgence de votre localité.** Une telle réaction peut être traitée et se produit dans moins d'un cas sur un million de vaccinations.

À qui devez-vous signaler toute réaction au vaccin?

- Si vous avez des préoccupations au sujet des symptômes que vous présentez après avoir reçu le vaccin, composez le 811. Si une pharmacienne ou un pharmacien vous a administré votre vaccin, veuillez les consulter en premier lieu, dans la mesure du possible.
- Pour obtenir plus de renseignements, veuillez communiquer avec le fournisseur du vaccin; votre bureau de la santé publique local; votre médecin; votre infirmière praticienne ou infirmier praticien; votre pharmacienne ou pharmacien; ou composer le 811.

Que contiennent les vaccins antigrippaux injectables?

REMARQUE : Ces vaccins ne peuvent pas causer la grippe puisqu'ils ne contiennent pas de virus vivants.

Les vaccins antigrippaux pour la saison 2025-2026 contiennent des antigènes pour protéger contre les souches suivantes :
A/Victoria/4897/2022 (H1N1) pdm09-virus analogue; A/Croatia/10136RV/2023 (H3N2)-virus analogue; et B/Austria/1359417/2021 (B/lignée Victoria)-virus analogue.

Vaccins pour les personnes âgées de 6 mois et plus :

FLUVIRAL® est composé des souches de virus de l'influenza recommandées pour cette année, de chlorure de sodium, de chlorure de potassium, d'hydrogénophosphate disodique heptahydraté, de dihydrogénophosphate de potassium, d'eau pour l'injection, d'hydrogénosuccinate d' α -tocophérol, de polysorbate 80 et peut contenir de quantités infimes d'ovalbumine (protéine d'œuf), de désoxycholate de sodium, d'éthanol, de formaldéhyde et de sucrose comme résidus provenant du processus de fabrication. Sans latex et sans antibiotiques. Du thimérosal est ajouté comme agent de conservation dans les fioles à doses multiples.

FLUZONE® est composé des souches de virus de l'influenza recommandées pour cette année, de chlorure de sodium, de phosphate de sodium (dibasique anhydre), de phosphate de sodium (monobasique anhydre), d'eau pour l'injection et de quantités infimes de formaldéhyde, de protéine d'œuf, de sucrose et de Triton® X-100. Sans latex et sans antibiotiques. Du thimérosal est ajouté comme agent de conservation dans les fioles à doses multiples. Les seringues préremplies ne contiennent pas de thimérosal.

Consentement des mineurs matures : Il est recommandé que les parents ou les tuteurs discutent du consentement à la vaccination avec leurs enfants. Le consentement à la vaccination s'adresse en premier lieu aux parents ou aux tuteurs. Toutefois, en Saskatchewan, les adolescents âgés de 13 à 17 ans capables de comprendre les avantages de chaque vaccin, les réactions possibles ainsi que les risques de ne pas être vaccinés peuvent légalement refuser la vaccination ou y consentir en présentant un consentement éclairé, en tant que mineur mature, au fournisseur de soins de santé.

Références : monographies de produits 2025 du Guide canadien d'immunisation.

Les feuillets d'information sur les vaccinations offertes par la province se trouvent à l'adresse suivante :

<https://www.saskatchewan.ca/bonjour/health-and-healthy-living/accessing-health-care-services/immunization-services/immunization-forms-and-fact-sheets>

