Immunize Canada
Immunisation
immunize.ca

Vaccination antigrippale

Questions et réponses

Q : Qu'est-ce que l'influenza (la grippe)?

R : La grippe (l'influenza) est une maladie respiratoire contagieuse. Chez les humains, elle est causée par deux grands types de virus : celui de la grippe A et celui de la grippe B.

Q : Quels sont les symptômes de l'influenza (la grippe)?

R : Les symptômes de la grippe chez les humains peuvent être légers ou graves. Ils incluent habituellement l'apparition soudaine d'une fièvre, d'une toux et de douleurs généralisées. Les autres symptômes courants sont les maux de tête, les frissons, la perte d'appétit, la fatigue, le mal de gorge, le nez qui coule et la congestion nasale. Certaines personnes, surtout les enfants, peuvent avoir de la diarrhée, des nausées et des vomissements. Les enfants peuvent manifester d'autres symptômes, comme les changements de leur consommation d'aliments ou de boissons, le réveil difficile, la diminution des interactions avec les autres et l'irritabilité.

La plupart des gens qui attrapent la grippe en guérissent et n'ont plus aucun symptôme au bout de sept à dix jours. Par contre, certaines personnes peuvent éprouver des complications graves (comme la pneumonie et l'insuffisance respiratoire) qui peuvent mener à l'hospitalisation et/ou à la mort.

Q : La grippe est-elle contagieuse?

R : Le virus de la grippe est hautement contagieux et peut se propager rapidement d'une personne à l'autre par les gouttelettes de salive transportées par une toux ou un éternuement; il peut aussi se propager par contact avec des surfaces contaminées. Le virus peut survivre jusqu'à 48 heures sur des surfaces comme un téléphone, un clavier d'ordinateur, une poignée de porte, un comptoir de cuisine, une poignée de cafetière ou un jouet.

Quand on a attrapé la grippe, on est déjà contagieux la veille du jour où l'on commence à éprouver des symptômes, et on le reste pendant environ cinq jours après le début des symptômes.

Q : Pourquoi est-il important de se faire vacciner à chaque saison grippale?

R : Les virus qui causent la grippe changent constamment.

Chaque année, l'Organisation mondiale de la santé identifie les souches du virus de la grippe qui seront les plus courantes et qui auront donc le plus d'impact sur la santé. Des vaccins antigrippaux sont ensuite mis au point à partir de ces souches prévisées. Comme ces virus peuvent changer d'une année à l'autre, il faut recevoir un vaccin antigrippal annuel pour que l'organisme possède les anticorps nécessaires (des protéines qui protègent l'organisme contre les virus et bactéries invasifs) qui combattent spécifiquement les nouveaux virus de la grippe.

Certaines personnes, comme celles qui sont enceintes, les personnes immunodéprimées et les enfants de âgés de moins de 5 ans, sont plus à risque de contracter la grippe sévère et ses complications. En vous faisant vacciner, vous vous protégez contre la grippe et vous protégez les autres.

Q : Quels sont les types de vaccins antigrippaux offerts au Canada?

R : Trois types de vaccins antigrippaux sont offerts au Canada : les vaccins inactivés contre l'influenza (VII), le vaccin antigrippal recombinant (VAR) et les vaccins vivants atténués contre l'influenza (VVAI).

- **Les vaccins inactivés contre l'influenza (VII)** contiennent une version inactivée (tuée) du virus de la grippe. Ils sont administrés par injection.
- **Le vaccin antigrippal recombinant (VAR)** apprend à l'organisme à reconnaître une petite protéine à la surface du virus de la grippe. Il est administré par injection.
- **Les vaccins vivants atténués contre l'influenza (VVAI)** contiennent une forme atténuée (affaiblie) du virus de la grippe vivant. Ils sont administrés en aérosol nasal.

- Les VII, le VAR et les VVAI apprennent tous à l'organisme à reconnaître le virus de la grippe pour que la personne puisse le combattre si elle devient infectée.

Q : Où puis-je recevoir un vaccin antigrippal?

R : Chaque province et chaque territoire offre un programme d'immunisation. Contactez votre médecin, votre infirmier ou infirmière, votre pharmacien ou pharmacienne ou le service de santé publique local pour savoir quels sont les programmes de vaccination offerts dans votre région.

Q : Quand devrais-je me faire immuniser?

R : Le meilleur moment de recevoir votre vaccin antigrippal est en octobre, avant le début de la saison grippale (d'habitude en novembre). On peut obtenir un vaccin contre la grippe en tout temps entre octobre et mars, mais le plus tôt est toujours le mieux.

Q : En combien de temps un vaccin antigrippal commence-t-il à agir?

R : Il faut environ deux semaines à un vaccin antigrippal pour agir complètement. Si l'on est exposé au virus de la grippe moins de deux semaines après avoir reçu le vaccin antigrippal, ou peu avant l'avoir reçu, on peut attraper la grippe. Toutefois, si vous deviez contracter la grippe, ce ne serait pas à cause du vaccin.

Q : Est-ce que je peux attraper la grippe à cause du vaccin?

R : Non. On n'attrape pas la grippe à cause d'un vaccin antigrippal. Les vaccins antigrippaux inactivés (IIV) utilisent une version inactivée du virus de la grippe, tandis que les vaccins antigrippaux recombinants (RIV) n'utilisent que certaines parties du virus. Cela signifie que vous ne pouvez pas contracter la grippe à partir de ces vaccins.

Les vaccins antigrippaux vivants atténués (LAIV) utilisent une forme affaiblie du virus de la grippe, ce qui signifie que les personnes dont le système immunitaire fonctionne normalement ne contracteront pas la grippe à partir du LAIV. Cependant, les personnes dont le système immunitaire est affaibli, telles que celles souffrant d'une immunodéficience, ne devraient pas recevoir le LAIV, par mesure de précaution, jusqu'à ce que davantage de données sur la sécurité soient disponibles.

Q : Quelle est l'efficacité des vaccins antigrippaux?

R : L'efficacité d'un vaccin antigrippal (sa capacité de prévenir la grippe) peut être très différente d'une saison et d'une personne à l'autre. Elle varie selon :

- l'âge (par exemple, les 65 ans et plus peuvent avoir une réponse immunitaire plus faible au vaccin)
- l'état de santé (par exemple, les personnes dont le système immunitaire est affaibli peuvent avoir une réponse immunitaire plus faible au vaccin)
- la correspondance entre les vaccins antigrippaux et les souches de la grippe qui circulent pendant une saison grippale donnée

Les années où il y a une bonne correspondance entre les vaccins antigrippaux et les virus qui circulent, il est plus probable que les vaccins protègent bien contre la grippe sévère. Les années où il y a un décalage, les vaccins peuvent ne pas être aussi efficaces, mais ils offrent quand même une certaine protection contre les infections graves.

Q : Les vaccins antigrippaux sont-ils sûrs?

R : Les vaccins antigrippaux sont sûrs depuis les années 1940. Leur innocuité est prouvée, et ils sont bénéfiques à tout âge.

Q : Qui devrait se faire vacciner contre la grippe?

R : Tous les Canadiens et les Canadiennes de 6 mois et plus. En particulier les personnes présentant un risque élevé d'infection grippale grave, comme :

- toutes les personnes enceintes
- tous les enfants âgés de 6 mois à 4 ans inclus
- les adultes de 65 ans et plus
- les personnes qui vivent dans ou font partie des communautés des Premières Nations, des Métis et des Inuits en raison des déterminants de la santé croisés enracinés dans l'histoire de la colonisation historique et continue ainsi que dans le racisme systémique
- les résident·es des centres d'hébergement et de soins de longue durée, quel que soit leur âge
- les enfants et les adultes ayant des troubles médicaux chroniques :
  - affections cardiaques ou pulmonaires, dont l'asthme
  - diabète et autres maladies métaboliques
  - cancer
  - troubles liés à l'immunodépression
  - maladie rénale
  - anémie ou hémoglobinopathie
  - obésité de classe 3 (indice de masse corporelle [IMC] de 40 kg/m^2 ou plus)
  - chez les enfants de 6 mois à 18 ans, troubles traités pendant de longues périodes par l'acide acétylsalicylique
  - troubles neurologiques ou du développement neurologique (sauf les migraines et les troubles psychiatriques sans troubles neurologiques)
- les professionnel·les de la santé qui pourraient transmettre la grippe à des personnes à haut risque d'infection grippale grave
- les personnes qui fournissent des services communautaires essentiels
- les personnes qui présentent un risque accru d'exposition à la grippe aviaire A(H5N1) en raison de leurs activités récréatives (chasse ou piégeage d'oiseaux sauvages ou de mammifères) ou de leur profession

Q : Y a-t-il des gens qui ne devraient pas recevoir un vaccin antigrippal?

R : Le vaccin antigrippal est sûr pour la plupart des gens, mais il n'est pas recommandé à certaines personnes.

Il n'est PAS recommandé dans les cas suivants :

- si l'on a fait une réaction anaphylactique à une dose antérieure ou à un composant du vaccin (à l'exception des œufs)
  - Si l'on a fait une réaction anaphylactique à l'un des composants d'un vaccin antigrippal particulier, on peut être admissible à recevoir un vaccin antigrippal différent qui n'inclut pas ce composant. Cela doit se faire en consultation avec une experte ou un expert en allergies.
- si l'on a présenté un syndrome de Guillain-Barré moins de six semaines après avoir reçu un vaccin antigrippal

Il est également recommandé de ne pas recevoir de vaccins vivants atténués contre l'influenza (VVAI) dans les cas suivants :

- si l'on a un trouble lié à l'immunodépression (un système immunitaire affaibli), sauf :
  - les enfants ayant une infection à VIH stable qui reçoivent des traitements antirétroviraux (TAR) depuis au moins quatre mois et dont la fonction immunitaire est adéquate
  - les enfants atteints de fibrose kystique qui ne reçoivent pas de médicaments immunosuppresseurs (médicaments qui affaiblissent leur système immunitaire)
- si l'on est sévèrement asthmatique, en raison du risque accru de respiration sifflante après l'administration du vaccin
- si l'on a reçu de l'aide médicale pour une respiration sifflante sept jours ou moins avant le rendez-vous pour recevoir un vaccin antigrippal (vaccin contre l'influenza) (il y a un risque accru de respiration sifflante après l'administration d'un VVAI)
- si l'enfant a moins de 24 mois (en raison du risque accru de respiration sifflante après l'administration d'un VVAI)
- si l'on est enceinte (voir plus loin : **Puis-je me faire vacciner contre la grippe si je suis enceinte?**)
- si l'on reçoit des traitements antirétroviraux qui ciblent le virus de la grippe (dans certains délais)
- si vous êtes un·e professionnel·le de santé qui travaille avec ou à proximité immédiate de patients (par exemple, dans un hôpital, une clinique, une pharmacie, etc.)

Parlez à votre professionnel·le de la santé si vous avez des questions sur les VVAI ou d'autres vaccins antigrippaux.

Q : Les vaccins antigrippaux ont-ils des effets secondaires?

R : Les vaccins antigrippaux sont très sûrs, mais comme pour tout médicament, ils peuvent avoir des effets secondaires. La plupart des gens qui reçoivent un vaccin antigrippal éprouvent des effets secondaires légers (comme de la sensibilité, de la rougeur ou une enflure au point d'injection) ou pas d'effets secondaires du tout. Certaines personnes peuvent se sentir plus fatiguées que d'habitude, avoir des douleurs musculaires, développer un mal de tête ou se sentir légèrement mal après avoir reçu le vaccin, mais ces symptômes sont généralement de courte durée et légers. Les réactions allergiques potentiellement mortelles sont extrêmement rares. Si elles se produisent, c'est dans les minutes ou les heures qui suivent la vaccination. Le médecin, l'infirmier/l'infirmière ou la pharmacienne/le pharmacien vous demandera d'attendre 15 minutes après la vaccination pour surveiller les réactions possibles.

Q : Les vaccins antigrippaux peuvent-ils être donnés en même temps que d'autres vaccins?

R : Oui. D'autres vaccins peuvent être administrés en même temps qu'un vaccin antigrippal. Par exemple, vous pouvez recevoir votre vaccin contre la COVID-19 en même temps qu'un vaccin antigrippal. Demandez à votre médecin, votre infirmier ou infirmière, votre pharmacien ou pharmacienne ou au service de santé publique local si vous pouvez recevoir plus d'un vaccin à la fois.

Q : Puis-je me faire vacciner contre la grippe si je suis enceinte?

R : Oui. Les vaccins antigrippaux sont administrés pendant la grossesse depuis des dizaines d'années et ont un bon dossier d'innocuité. Il n'y a aucune preuve qu'ils causent du tort à la personne enceinte ou au fœtus.

Cependant, les vaccins antigrippaux vivants atténués (LAIV) ne sont pas recommandés pour les personnes enceintes. Il n'existe actuellement pas suffisamment de données sur la sécurité d'emploi des vaccins antigrippaux vivants atténués (LAIV) pendant la grossesse. **Par conséquent, vous ne devez PAS recevoir de LAIV si vous êtes enceinte.**

Q : Puis-je me faire vacciner contre la grippe si j'allaite?

R : Oui. Les vaccins antigrippaux sont jugés sûrs et sont recommandés à toutes les personnes qui allaitent.

Q : Les enfants sont-ils plus à risque de contracter des troubles neurologiques comme l'autisme ou le trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH) s'ils reçoivent un vaccin antigrippal?

R : Non. De nombreuses études ont montré qu'il n'y a aucun lien entre les vaccins et l'autisme ou le trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH).

Q : Pourquoi certains vaccins antigrippaux contiennent-ils du thimérosal si d'autres n'en contiennent pas?

R : Le thimérosal est ajouté aux flacons multidoses de vaccins antigrippaux pour les garder stériles. Il agit comme un agent de conservation, car les flacons multidose sont utilisés plus d'une fois. Les flacons unidoses de vaccins antigrippaux ne sont utilisés qu'une seule fois et n'ont pas besoin d'agent de conservation. Il n'y a aucune preuve que le thimérosal dans les vaccins est préjudiciable.

Q : Est-il sûr de recevoir des vaccins contre la grippe contenant du thimérosal?

R : Oui. Il est tout à fait sûr de recevoir des vaccins contre la grippe contenant du thimérosal. Le thimérosal est utilisé dans les flacons de vaccin antigrippal multidoses comme conservateur afin d'empêcher la prolifération bactérienne. Il contient un type de mercure appelé éthylmercure, un composé organique que votre corps décompose et élimine assez rapidement. Il ne doit pas être confondu avec le méthylmercure, un type de mercure présent dans les poissons et les crustacés que votre corps a beaucoup plus de mal à décomposer. Le méthylmercure peut être toxique s'il est consommé en quantités excessives, mais il est sans danger lorsqu'il est consommé avec modération, comme recommandé. Comme votre corps décompose rapidement l'éthylmercure, les faibles doses de thimérosal présentes dans les flacons de vaccin antigrippal multidoses peuvent être utilisées en toute sécurité.

Il n'existe également aucune preuve que l'utilisation du thimérosal dans les vaccins entraîne l'autisme.

Pour plus d'informations sur le thimérosal et les vaccins, veuillez consulter le site Web du Children's Hospital of Philadephia.

Q : Où puis-je trouver d'autres conseils sur la vaccination contre la grippe?

R : Contactez votre service de santé publique local, votre médecin, votre infirmier ou infirmière ou votre pharmacien ou pharmacienne. Vous trouverez aussi des informations écrites sur la vaccination contre la grippe sur les sites Web suivants :

- **Immunisation Canada** : https://www.immunize.ca/fr/linfluenza
- **Agence de la santé publique du Canada** : https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/grippe-influenza.html

Références

Agence de la santé publique du Canada. (2025.) Grippe (influenza saisonnière) : Symptômes et traitement.
https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/grippe-influenza.html

Agence de la santé publique du Canada. (2023.) Virus de l'influenza de type A : Fiche technique santé-sécurité agents pathogènes.
https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/biosecurite-biosurete-laboratoire/fiches-techniques-sante-securite-agents-pathogenes-evaluation-risques/virus-grippal-type-a.html

Children's Hospital of Philadelphia. (2025.) Vaccines and Autism.
https://www.chop.edu/vaccine-education-center/vaccine-safety/vaccines-and-other-conditions/autism

Children's Hospital of Philadelphia. (2020.) Vaccines and ADHD.
https://www.chop.edu/vaccine-education-center/vaccine-safety/vaccines-and-other-conditions/adhd

Children's Hospital of Philadelphia. (2020.) Vaccine Ingredients: Thimerosal.
https://www.chop.edu/vaccine-education-center/vaccine-safety/vaccine-ingredients/thimerosal

Cleveland Clinic. (2022.) Germs.
https://my.clevelandclinic.org/health/articles/24495-germs

Comité consultatif national de l'immunisation. (2025.) Déclaration sur la vaccination antigrippale pour la saison 2025-2026.
https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vaccins-immunisation/comite-consultatif-national-immunisation-declaration-vaccination-antigrippale-saison-2025-2026.html

Comité consultatif national de l'immunisation. (2025.) Directives supplémentaires sur la vaccination antigrippale chez les adultes de 65 ans et plus.
https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vaccins-immunisation/comite-consultatif-national-immunisation-directives-supplementaires-vaccination-antigrippale-adultes-65-ans-plus.html

Comité consultatif national de l'immunisation. (2023.) Directives mises à jour sur la vaccination antigrippale pendant la grossesse.
https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vaccins-immunisation/comite-consultatif-national-immunisation-directives-mises-jour-vaccination-antigrippale-pendant-grossesse.html

Comité consultatif national de l'immunisation. (2011.) Recommandations relatives à l'utilisation du vaccin antigrippal vivant atténué (FluMist®) : Déclaration complémentaire sur la vaccination antigrippale pour la saison 2011-2012.
https://publications.gc.ca/collections/collection_2012/aspc-phac/HP3-2-37-7-fra.pdf

Gouvernement de l'Ontario. (2024.) Sécurité et efficacité du vaccin antigrippal.
https://www.ontario.ca/fr/page/securite-et-efficacite-du-vaccin-antigrippal

Guide canadien d'immunisation. (2025.) Immunisation durant la grossesse et l'allaitement.
https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-canadien-immunisation-partie-3-vaccination-populations-particulieres/page-4-immunisation-durant-grossesse-allaitement.html

Guide canadien d'immunisation. (2025.) Vaccins antigrippaux.
https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-canadien-immunisation-partie-4-agents-immunisation-active/page-10-vaccin-antigrippal.html

Guide canadien d'immunisation. (2023.) Anaphylaxie et autres réactions aiguës après la vaccination.
https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-canadien-immunisation-partie-2-innocuite-vaccins/page-4-innocuite-vaccins-effets-secondaires-suivant-immunisation.html

Organisation mondiale de la Santé. (n.d.) History of the influenza vaccine.
https://www.who.int/news-room/spotlight/history-of-vaccination/history-of-influenza-vaccination