

# VACCINATION CONTRE LA GRIPPE

*Qui devrait l'avoir et pourquoi est-ce important ?*



## Comment le virus de la grippe se propage-t-il ?

Lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue, elle répand le virus de la grippe sur une vaste zone par le biais de minuscules gouttelettes de salive.

Ces gouttelettes peuvent ensuite être inhalées par d'autres personnes ou elles peuvent se propager lorsque d'autres personnes touchent les surfaces où les gouttelettes ont atterri.



## Devrais-je me faire vacciner contre la grippe ?

C'est la meilleure façon d'éviter d'attraper et de transmettre la grippe.

Il s'agit de la meilleure protection disponible contre un virus qui peut causer une maladie grave. Cette vaccination vous protège, vous, vos amis, votre famille, vos aidants et vos collègues. Alors, faites-vous vacciner contre la grippe si cela vous est proposé.



## Comment puis-je me faire vacciner contre la grippe ?

Les personnes âgées de plus de 50 ans, les adultes souffrant de certains problèmes de santé, les enfants de certains âges, les personnes en établissements, les soignants, les travailleurs de santé de première ligne, les personnes vivant avec des personnes immunodéprimées ou les femmes enceintes ont tous droit à un vaccin antigrippal gratuit [Vaccin contre la grippe - NHS \(www.nhs.uk\)](http://www.nhs.uk).

Toute personne qui n'est pas éligible au vaccin gratuit peut obtenir un vaccin payant et se faire vacciner en pharmacie.



## Est-ce sûr si je suis enceinte ?

Oui, le vaccin antigrippal peut être administré en toute sécurité à n'importe quel stade de la grossesse à partir de la conception et vous protégera, vous et votre bébé.

La grossesse modifie la façon dont le corps gère les infections telles que la grippe et augmente les chances que les femmes enceintes et leurs bébés nécessitent des soins intensifs.



## La grippe peut-elle être grave ?

Les gens pensent parfois que la grippe n'est qu'un mauvais rhume, mais la grippe est souvent bien pire qu'un rhume.

Elle est particulièrement néfaste pour les personnes ayant des problèmes de santé à long terme et peut entraîner des maladies graves, voire la mort.



## Quels sont les principaux points à retenir ?

La grippe est imprévisible et hautement infectieuse.

On s'attend à ce que cet hiver soit pire que les années précédentes.

N'oubliez pas de vous couvrir la bouche et le nez lorsque vous toussiez ou éternuez et de vous laver les mains fréquemment.