

Campagne de vaccination du personnel

Foire aux questions (FAQ) pour le personnel – 13 octobre 2026

**Pour protéger votre santé et celle des usagères et des usagers...
On a un vaccin pour ça!**

J'ai reçu le vaccin contre la grippe l'année dernière. Pourquoi dois-je me faire vacciner à nouveau?

La grippe change d'année en année en raison des mutations du virus. Chaque saison, de nouvelles souches circulent et votre système immunitaire n'y est pas préparé. Le vaccin est donc mis à jour pour correspondre aux souches les plus courantes.

J'ai eu le vaccin contre la grippe et j'ai attrapé la grippe. Le vaccin est-il vraiment efficace?

Le vaccin ne vous protège pas à 100 %, mais il réduit significativement la gravité des symptômes et le risque de complications si vous contractez la grippe.

La grippe, le rhume... n'est-ce pas la même chose?

Ce qu'on appelle souvent « la grippe » au quotidien, c'est en fait un rhume ou un virus léger qui passe en un jour ou deux. La vraie grippe (influenza), est plus intense : fièvre élevée, courbatures, plusieurs jours au lit. Les personnes qui l'ont eue ne la confondent pas avec un rhume.

Le vaccin protège contre cette infection-là, plus sévère qu'on le pense souvent.

Quels sont les effets secondaires du vaccin contre la grippe?

Les effets secondaires sont généralement légers et temporaires : douleur et rougeur au site d'injection, fatigue ou légère fièvre.

Les risques de développer des conséquences graves après la vaccination contre la grippe sont extrêmement rares. Le vaccin contre la grippe est sécuritaire et est administré à des millions de personnes chaque année sans problème majeur.

À qui s'adresse le vaccin contre la grippe?

Le vaccin est gratuit pour les clientèles admissibles seulement dont fait partie les travailleurs de la santé. Il n'est pas gratuit à l'ensemble de la population âgée de 6 mois et plus.

Il est particulièrement recommandé pour les personnes âgées de 65 ans et plus, les personnes à haut risque de complications et celles susceptibles de transmettre la maladie à des personnes à haut risque de complications (ex. : travailleuses et travailleurs de la santé, entourage).

Quand dois-je me faire vacciner contre la grippe?

Il est recommandé de se faire vacciner en automne, soit avant que la saison grippale ne soit à son pic. La vaccination demeure toutefois pertinente à n'importe quel moment durant la saison grippale.

Combien de temps dure la protection du vaccin contre la grippe?

La protection dure toute la saison grippale. Cependant, la protection peut diminuer avec le temps, surtout chez les personnes âgées.

Je suis en bonne santé. Ai-je vraiment besoin du vaccin contre la grippe?

Même les personnes en bonne santé peuvent contracter la grippe et la transmettre à d'autres. Le vaccin aide aussi à protéger les personnes plus vulnérables autour de vous, car une fois que vous avez reçu le vaccin, vous êtes moins susceptible de transmettre le virus.

Est-ce que le vaccin contre la grippe affaiblit le système immunitaire?

Non. Le vaccin renforce le système immunitaire, il ne l'affaiblit pas. Le vaccin contre la grippe est conçu pour stimuler le système immunitaire, pas pour l'affaiblir. Il expose votre corps à une version inactivée du virus, permettant ainsi à votre système immunitaire de le reconnaître et de se préparer à combattre la vraie infection, si vous êtes en contact avec le virus.

Attraper la grippe affaiblit bien plus le système immunitaire que le vaccin. Si vous attrapez la grippe, votre système immunitaire doit lutter contre un virus actif, ce qui peut affaiblir vos défenses pendant plusieurs jours, voire plusieurs semaines. Pendant cette période, vous êtes également plus vulnérable à d'autres infections.

Est-ce que le vaccin contre la grippe donne la grippe?

Non. Le vaccin contient des virus inactivés. Il ne peut donc pas vous donner la grippe.

Est-ce que le vaccin contre la grippe est recommandé pour les personnes enceintes?

Oui. Le vaccin aide à protéger la mère et le bébé des complications liées à la grippe. La mère transfère ses anticorps au fœtus, ce qui protège le nourrisson pendant qu'il est encore trop petit pour être vacciné.

Une dose du vaccin contre la grippe est recommandée en saison grippale, généralement à 13 semaines de grossesse ou plus, et ce, à chacune des grossesses. En cas de maladie chronique, la personne enceinte peut se faire vacciner à n'importe quel stade de la grossesse.

La grippe n'est pas grave, c'est comme un gros rhume. Pourquoi me faire vacciner?

3 bonnes raisons :

1. **Vous protégez les autres.** La grippe peut entraîner des complications graves pouvant même causer la mort chez les personnes plus vulnérables comme les personnes âgées, les bébés, les personnes enceintes, et celles atteintes de maladies chroniques. Se faire vacciner est un geste altruiste et solidaire pour éviter la propagation du virus.
2. **Vous vous protégez.** Si vous attrapez la grippe, le vaccin réduit la gravité des symptômes. La grippe est plus grave qu'un simple rhume. La grippe peut provoquer de la fièvre, des douleurs musculaires intenses, de la fatigue extrême et des symptômes respiratoires graves qui peuvent durer plusieurs semaines.
3. **Vous contribuez à alléger la pression sur les établissements de santé et de services sociaux.** La vaccination contre la grippe réduit considérablement le risque d'hospitalisation et permet ainsi que les ressources médicales soient disponibles pour celles et ceux qui en ont le plus besoin.

Je n'ai jamais la grippe. Pourquoi me faire vacciner?

3 bonnes raisons :

1. **Même si vous n'avez jamais eu la grippe, cela ne signifie pas que vous avez développé une immunité, ou que vous ne l'attraperez jamais.** La grippe est imprévisible et change d'année en année en raison des mutations du virus. Chaque saison, de nouvelles souches circulent. Votre système immunitaire n'y est pas préparé.
2. **Même si vous avez un bon système immunitaire et que vous pensez pouvoir éviter la grippe, vous pouvez avoir le virus et le transmettre à d'autres, sans même avoir de symptômes.** Cela peut mettre en danger les personnes vulnérables autour de vous comme les bébés, les personnes âgées ou celles qui ont des problèmes de santé.
3. **La grippe peut être grave, même pour les personnes en bonne santé.** Il est toujours possible de contracter une forme sévère de la grippe, qui peut entraîner des complications graves comme la pneumonie, des hospitalisations, et même entraîner la mort. Personne n'est complètement à l'abri des complications de la grippe, même si vous n'avez jamais eu de symptômes sévères auparavant.

J'utilise des moyens naturels pour me protéger de la grippe. Pourquoi me faire vacciner?

Une alimentation saine, le repos ou les suppléments peuvent certainement contribuer à renforcer votre système immunitaire. Cependant, ils ne remplacent pas l'efficacité du vaccin contre la grippe. Le vaccin est spécialement conçu pour cibler les souches spécifiques du virus qui circulent chaque année.

Même avec un système immunitaire fort, il est possible de contracter la grippe, et elle peut entraîner des complications graves.

