



LA GRIPPE COMMENT L'ÉVITER

Faites-vous vacciner tôt dans la saison afin d'être déjà protégé quand le virus frappera votre région.

POURQUOI EST-IL IMPORTANT DE SE FAIRE VACCINER CONTRE LA GRIPPE?

- Le vaccin contre la grippe est votre meilleure protection contre cette maladie.
- Le vaccin contre la grippe ne vise pas seulement les gens ayant des problèmes de santé. Les personnes en santé peuvent aussi tomber gravement malades et transmettre la grippe aux autres.
- En vous faisant vacciner contre la grippe, non seulement vous vous protégez, mais vous protégez également les membres de votre famille et votre entourage.
- La grippe n'est pas «juste un rhume», c'est une maladie grave pouvant entraîner une hospitalisation, voire la mort.
- Une fois immunisé contre la grippe, il faut attendre environ 2 semaines pour être pleinement protégé contre cette maladie.

Le vaccin contre la grippe constitue le moyen le plus efficace de vous protéger ainsi que votre famille contre cette maladie. Chaque année, il permet de réduire les consultations médicales, les visites aux urgences ainsi que les hospitalisations et le risque de développer des complications, comme une pneumonie.

POUVEZ-VOUS FAIRE LA DIFFÉRENCE ENTRE UN SIMPLE RHUME ET LA GRIPPE?

SYMPTÔME	RHUME	GRIPPE
Fièvre	Rare	Fréquente – survient soudainement, persiste plusieurs jours (102-104 °F ou 38-41 °C)
Maux de tête	Rares	Habituels – parfois intenses
Douleurs à la poitrine, toux	Rares	Habituelles – parfois intenses
Mal de gorge	Habituel	Habituel
Courbatures et douleurs	Parfois – légères	Habituelles – parfois intenses
Fatigue et faiblesse	Parfois – légères	Habituelles – parfois intenses, durent 2 à 3 semaines
Écoulement nasal ou congestion nasale	Habituels	Habituel
Éternuements	Habituels	Parfois
Nausée, vomissements, diarrhée	Habituels	Parfois