

Se protéger et protéger les personnes dont on a la charge contre la grippe :

Ce que les aidants canadiens doivent savoir

Un(e) aidant(e) est toute personne, rémunérée ou non, qui fournit des soins et soutient une personne dans le besoin.



Un(e) Canadien(ne) sur quatre fournit des soins essentiels. Des maladies comme la grippe et la COVID-19 peuvent avoir un **impact sérieux** sur la santé d'un ou d'une

aidante et sur sa capacité à fournir des soins à ceux qui dépendent de lui ou elle, notamment ses parents, son ou sa partenaire et ses enfants.

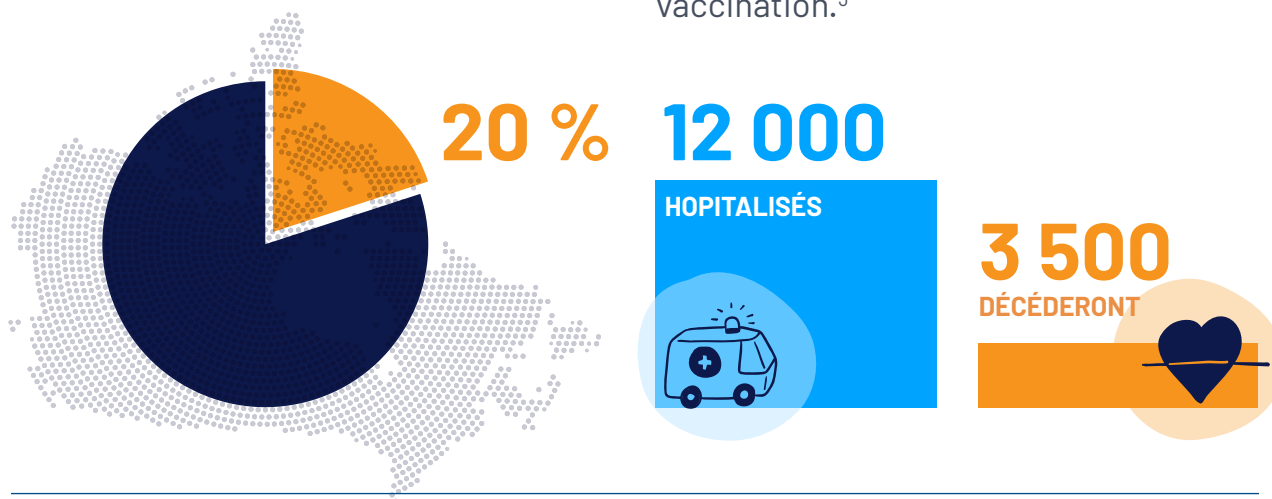
**1 CANADIEN(NE)
SUR 4 EST UN(E)
AIDANT(E)**



La grippe : une crise sanitaire évitable pour les Canadiens

Chaque année, jusqu'à 20 % des Canadiens tombent malades à cause de l'influenza, ou « la grippe ».¹

Parmi eux, 12 000 sont hospitalisés et 3 500 mourront,² or, nombre de ces cas auraient pu être évités par la vaccination.³



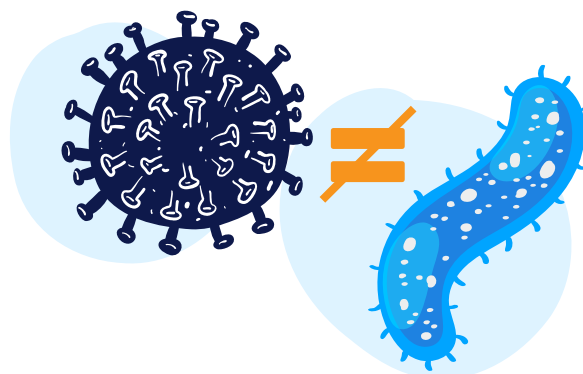
Un cas de grippe peut avoir des répercussions importantes sur la santé, notamment :

6x plus de risque d'avoir une crise cardiaque⁴ **8x** plus de risque d'avoir une pneumonie⁵

La meilleure façon de vous protéger, vous et vos proches, contre la grippe est de vous faire vacciner chaque année.⁶

La grippe et la COVID-19 : symptômes similaires, maladies différentes

La grippe et la COVID-19 sont des maladies différentes, causées par des virus différents. Les Canadiens peuvent se protéger contre les deux en recevant **à la fois un vaccin contre la grippe et la série de vaccins contre la COVID-19**. Vous pouvez même recevoir les deux vaccins en même temps.⁷

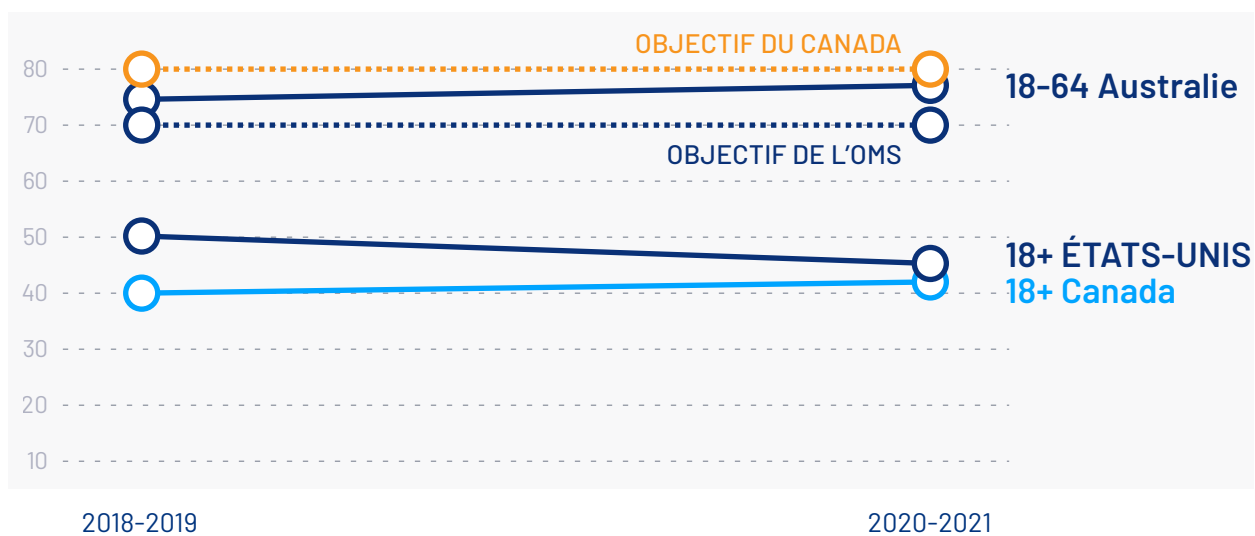


Vaccin antigrippal au Canada

Moins de la moitié des adultes canadiens ont reçu le vaccin contre la grippe au cours de la saison de la grippe 2020/2021,⁸ ce qui est bien inférieur aux taux cibles recommandés à la fois par le Comité consultatif national de l'immunisation (CCNI) du Canada et l'Organisation mondiale de la santé, ainsi qu'aux taux de vaccination de bon nombre de ses pairs.^{9,10}



Taux de vaccination contre la grippe chez les adultes et objectifs de vaccination



Qui devrait se faire vacciner contre la grippe?

Le CCNI recommande que tout le monde soit vacciné contre la grippe, mais en particulier les groupes cibles définis par l'OMS, notamment les agents de santé.....^{11,12}

La vaccination des aidants permet d'éviter qu'ils ne transmettent la grippe aux personnes qu'ils côtoient tous les jours.



Options de vaccination contre la grippe

Il existe de nombreux types de vaccins approuvés et disponibles au Canada. Discutez-en avec votre pharmacien(ne) ou votre prestataire de soins pour savoir quel vaccin vous convient le mieux.

Type de vaccin	Avantages	Options de vaccination et groupes d'âge
Dose standard quadrivalente (VAQ)	Le vaccin à dose standard offre une protection contre 4 virus différents de la grippe et présente des variantes en fonction de l'âge	<ul style="list-style-type: none"> • FluLaval Tetra (6 mois et plus) • Fluzone Quadrivalent (6 mois et plus) • Flucelvax Quad (2 ans et plus) • Influvac Tetra (3 ans et plus) • Afluria Tetra (5 ans et plus)
Trivalent avec adjuvant (TIV-adj)	Le vaccin avec adjuvant peut créer une réponse immunitaire plus forte que la dose standard	<ul style="list-style-type: none"> • Fludac Pédiatrique (de 6 à 23 mois) • Fludac (65 ans et plus)
Quadrivalent à dose élevée (VAQ-HD)	Le vaccin à dose élevée entraîne une réponse immunitaire plus forte chez les personnes âgées ¹³	<ul style="list-style-type: none"> • Fluzone à dose élevée (65 ans et plus)
Quadrivalent recombinant (RVI4)	Le RVI4 n'utilise pas d'œufs dans son processus de fabrication et peut également susciter une réponse plus forte que les vaccins à dose standard	<ul style="list-style-type: none"> • Supemtek (18 ans et plus)
Quadrivalent vivant atténué (LAIV)	Le LAIV est administré par vaporisation nasale	<ul style="list-style-type: none"> • FluMist (de 2 à 59 ans)

Sources : vaccin,¹⁴ Gouvernement du Canada,¹⁵ Santé publique Ontario,¹⁶ Agence de la santé publique du Canada¹⁷

Mesures à prendre par l'aidant(e)



Demandez à votre professionnel(le) de soins de santé quel vaccin vous convient le mieux.

Il existe plusieurs vaccins antigrippaux différents disponibles pour les Canadiens. Tous sont sans danger, mais en fonction de votre âge et de votre état de santé, l'un d'entre eux peut être meilleur pour vous que les autres.



Prenez rendez-vous pour un vaccin à l'heure et au lieu qui vous conviennent.

Demandez à votre médecin ou à votre pharmacien(ne) quel est celui qui vous offrira la meilleure protection et quel est celui qui convient le mieux aux personnes dont vous vous occupez.

Vous pouvez vous faire vacciner contre la grippe en même temps que votre rappel de COVID-19, lorsque vous aidez quelqu'un à se faire vacciner, lorsque vous allez acheter des produits de première nécessité à la pharmacie, ou même pendant votre heure de dîner.

Vous pouvez choisir le moment et le lieu qui vous conviennent.



Notes de fin de texte

1. Parkins, M. D., McNeil, S. A., & Laupland, K. B. (2009). Routine immunization of adults in Canada: Review of the epidemiology of vaccine-preventable diseases and current recommendations for primary prevention. *The Canadian journal of infectious diseases & medical microbiology = Journal canadien des maladies infectieuses et de la microbiologie medicale*, 20(3), e81-e90. <https://doi.org/10.1155/2009/474035>
2. <https://www.canada.ca/en/public-health/services/immunization-vaccines/vaccination-coverage/highlights-2020-2021-seasonal-influenza-survey.html>
3. <https://www.canada.ca/en/public-health/services/reports-publications/canada-communicable-disease-report-ccdr/monthly-issue/2008-34/statement-influenza-vaccination-2008-2009-season.html>
4. <https://www.cdc.gov/flu/highrisk/heartdisease.htm#:~:text=Studies%20have%20shown%20that%20flu,experiencing%20their%20first%20heart%20attack>
5. Kubale, J., Kuan, G., Gresh, L., Ojeda, S., Schiller, A., Sanchez, N., Lopez, R., Azziz-Baumgartner, E., Wraith, S., Harris, E., Balmaseda, A., Zelner, J., & Gordon, A. (2021). Individual-level Association of Influenza Infection With Subsequent Pneumonia: A Case-control and Prospective Cohort Study. *Clinical infectious diseases : an official publication of the Infectious Diseases Society of America*, 73(11), e4288-e4295. <https://doi.org/10.1093/cid/ciaa1053>
6. <https://immunize.ca/adults>
7. <https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/vaccines-immunization/canadian-immunization-guide-statement-seasonal-influenza-vaccine-2022-2023.html#a2.3>
8. <https://www.canada.ca/en/public-health/services/immunization-vaccines/vaccination-coverage/highlights-2020-2021-seasonal-influenza-survey.html>
9. Ortiz, J. R., Perut, M., Dumolard, L., Wijesinghe, P. R., Jorgensen, P., Roper, A. M., Danovaro-Holliday, M. C., Heffelfinger, J. D., Tevi-Benissan, C., Teleb, N. A., Lambach, P., & Hombach, J. (2016). A global review of national influenza immunization policies: Analysis of the 2014 WHO/UNICEF Joint Reporting Form on immunization. *Vaccine*, 34(45), 5400-5405. <https://doi.org/10.1016/j.vaccine.2016.07.045>
10. <https://www.canada.ca/en/public-health/services/immunization-vaccines/vaccination-coverage/highlights-2020-2021-seasonal-influenza-survey.html>
11. <https://www.who.int/news/item/01-06-2022-who-issues-updated-influenza-vaccines-position-paper>
12. <https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/vaccines-immunization/canadian-immunization-guide-statement-seasonal-influenza-vaccine-2022-2023.html#a2.3>
13. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0264410X19313490>
14. Robertus van Aalst, Stefan Gravenstein, Vincent Mor, Salaheddin M. Mahmud, Jan Wilschut, Maarten Postma, Ayman Chit. Comparative effectiveness of high dose versus adjuvanted influenza vaccine: A retrospective cohort study. *Vaccine*, Volume 38, Issue 2, 2020, Pages 372-379, <https://doi.org/10.1016/j.vaccine.2019.09.105>
15. <https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/vaccines-immunization/seasonal-influenza-mobile-guide-health-professionals.html#choice>
16. <https://www.publichealthontario.ca/-/media/documents/f/2020/fact-sheet-influenza-vaccine-2020-2021.pdf?la=en>
17. <https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/vaccines-immunization/canadian-immunization-guide-statement-seasonal-influenza-vaccine-2022-2023.html#a2.3>



À propos de la Coalition mondiale sur le vieillissement (Global Coalition On Aging, GCOA)

La Coalition mondiale sur le vieillissement a pour objectif de remodeler la façon dont les dirigeants mondiaux abordent et se préparent au profond changement du 21^e siècle en matière de vieillissement de la population. La GCOA rassemble de manière unique des entreprises mondiales de tous les secteurs industriels ayant des intérêts stratégiques communs dans le vieillissement des populations, une compréhension globale et systémique du vieillissement et une vision optimiste de son impact. Par le biais de la recherche, de l'analyse des politiques publiques, de la défense des intérêts et de communications stratégiques, la GCOA propose des solutions innovantes et s'efforce de faire en sorte que le vieillissement de la population mondiale soit une voie vers la santé, la productivité et la croissance économique.

Pour en savoir plus, visitez
www.globalcoalitiononaging.com

Pour en savoir plus, contactez
Susan Wile Schwarz à l'adresse
sschwarz@globalcoalitiononaging.com

Cette infographie a été soutenue en partie par Sanofi.