

Attraper la grippe,
c'est facile

Se protéger
aussi



*Se protéger
aussi*

Vaccinez vous!

sanofi

La *vraie* grippe – fiche signalétique

Éternuements, toux, fièvre - un cas évident de grippe ? Tout ce que l'on appelle communément la grippe n'est pas une "vraie grippe" (influenza), mais peut aussi être une infection de type grippal (rhume).¹⁻⁴

Qu'est-ce qu'une vraie grippe?

Voici quelques caractéristiques importantes: ^{5,6}

Quoi?

Les agents pathogènes sont différents types de virus de la grippe



Comment?

Transmission principalement par gouttelettes (par exemple en parlant, en éternuant ou en toussant), rarement par contact direct (par exemple en se serrant la main)



Quand?

Apparaît principalement pendant la saison de la grippe (d'octobre à mai) et surtout pendant l'épidémie de grippe (généralement de janvier à mars)



Une infection grippale n'est souvent que le *début*

Une vraie grippe peut entraîner des complications graves, y compris l'hospitalisation ou la mort.^{5,6}

Une infection par les virus de la grippe, par exemple, peut augmenter considérablement le risque de maladie grave et les conséquences à long terme qui y sont associées.^{7,8}

10x

risque accru
d'infarctus du
myocarde

7,a,b



8x

risque accru
d'accident
vasculaire
cérébral

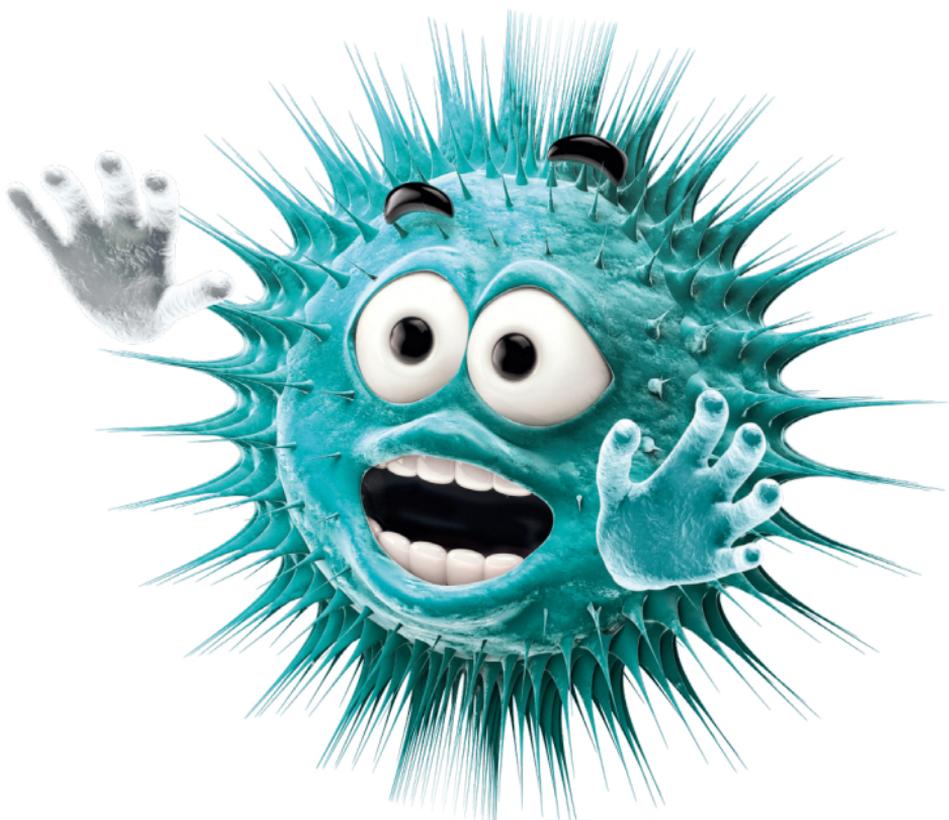
7,a,b



23%

des malades perdent
leur indépendance

8,c

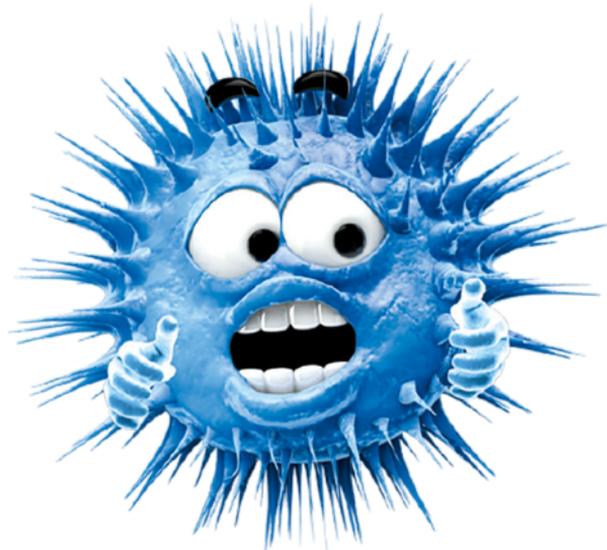


Grippe ou infection pseudo-grippale – quelle est la différence?

Les symptômes d'une vraie grippe et d'un rhume sont très similaires. Il existe cependant quelques différences:^{1-6,9-11}

	La grippe (Influenza)	Le rhume (infection pseudo-grippale)
Début des symptômes	Soudainement	Progressivement
Fièvre	Jusqu'à 41°C, frissons, transpiration	La température n'augmente généralement que de 0,5°C
Nez qui coule, éternuements	Rarement	Fréquemment (nez bouché, morve)
Toux	Fréquente et sèche	Légère et modérée
Période de convalescence	Longue période de convalescence	Rapide
Inconfort	Fatigue, lassitude (dès le début)	Rarement
Complications	Possible, particulièrement chez les personnes à risque	Rares
Agents pathogènes	Virus de la grippe A et B	Plus de 200 virus du rhume différents (ex.: les rhinovirus)

Afin d'identifier avec certitude l'agent pathogène, un test de laboratoire est nécessaire pour les deux maladies.¹⁻⁴



La *vaccination contre la grippe* est *importante* pour tous

La STIKO examine les groupes pour lesquels une vaccination particulière est judicieuse et recommande que les groupes suivants soient vaccinés contre la grippe chaque automne:¹²

Personnes de plus de 60 ans

Personnel médical

(et les personnes travaillant dans des lieux très fréquentés par le public)

Cas Contacts

(personnes infectées qui peuvent mettre en danger les personnes à haut risque vivant dans le même foyer ou dont elles s'occupent)

Personnes atteintes du diabète

(et autres troubles métaboliques)

Personnes atteintes de maladies chroniques

(ex.: respiratoires, cardiovasculaires, hépatiques et rénales)

Femmes enceintes

(au 2ème trimestre de la grossesse, en cas de maladies chroniques sous-jacentes à partir du 1er trimestre de la grossesse)

La vaccination est également recommandée pour les groupes suivants:

- Personnes de plus de 6 mois à risque en raison d'une maladie sous-jacente:
 - les maladies neurologiques chroniques telles que la sclérose en plaques
 - déficience immunitaire congénitale ou acquise
 - infection au virus du VIH
- Les résidents de maisons de retraite ou d'EHPAD

Retrouvez ici l'intégralité de la recommandation STIKO (en anglais et en allemand):



Qui est particulièrement exposé à la grippe?

Certaines populations présentent un risque accru de complications si elles contractent la grippe. ^{5,6,13}

Personnes de plus de 60 ans

Les adultes âgés de plus de **60 ans** sont particulièrement exposés au risque d'infection par les **virus de la grippe**. ¹⁴⁻¹⁶

Ils représentent



en matière de vraie grippe. ¹⁴

Il y a deux causes principales à ces complications.

Avec l'âge

- le système immunitaire s'affaiblit. ^{15,16}
- les maladies chroniques deviennent plus fréquentes. ^{15,16}

Femmes enceintes

La Commission permanente de vaccination (STIKO) de l'Institut Robert Koch recommande que toutes les femmes enceintes se fassent vacciner contre la grippe. ^{12,13,17}

- En raison de l'altération de leur système immunitaire, les femmes enceintes atteintes de la grippe peuvent développer des complications. Elles ont alors un risque accru d'hospitalisation, voir de décès.
- Les anticorps maternels contre les virus de la grippe sont transmis à l'enfant à naître via le placenta, ce qui peut ensuite protéger le nouveau-né non vacciné contre la grippe.

Personnes atteintes de *maladies cardiovasculaires*

La grippe peut avoir de graves conséquences pour les personnes souffrant de maladies cardiovasculaires.

En effet, les virus de la grippe peuvent attaquer à la fois le cœur et les vaisseaux sanguins.¹⁸

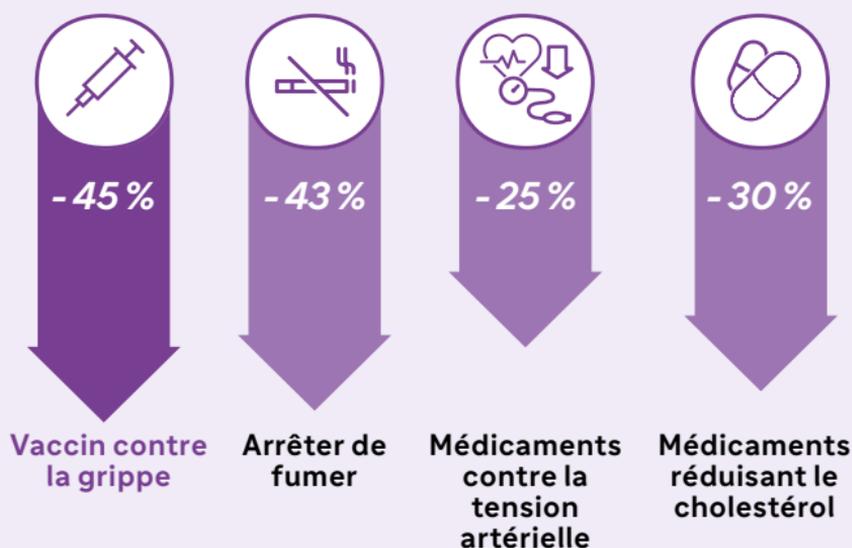
Les personnes de plus de 65 ans souffrant de maladies cardiaques **sont particulièrement touchées**. Elles ont **5x plus de chances** de mourir de la grippe que les personnes du même âge ne souffrant pas de maladies cardiaques.¹⁹

Lorsqu'il s'agit de votre *santé cardiaque*, une *piqûre* peut vous aider.

La vaccination contre la grippe est la **mesure de protection la plus importante** contre les risques sanitaires élevés de la vraie grippe.⁵ Cela est particulièrement vrai pour les personnes qui ont déjà souffert d'une maladie cardiovasculaire grave telle qu'un infarctus du myocarde.

Saviez-vous que la vaccination contre la grippe est aussi efficace que d'arrêter de fumer pour réduire le risque d'infarctus du myocarde?²⁰⁻²²

Réduction du risque d'événement cardiovasculaire majeur^{21,22,d}



Les personnes atteintes de *diabète*

Les diabétiques sont doublement exposés à la grippe:

- En raison de leur système immunitaire affaibli, ils sont plus facilement infectés par les virus de la grippe.²³
- Des complications peuvent survenir plus fréquemment avec eux - par exemple:^{24,25}

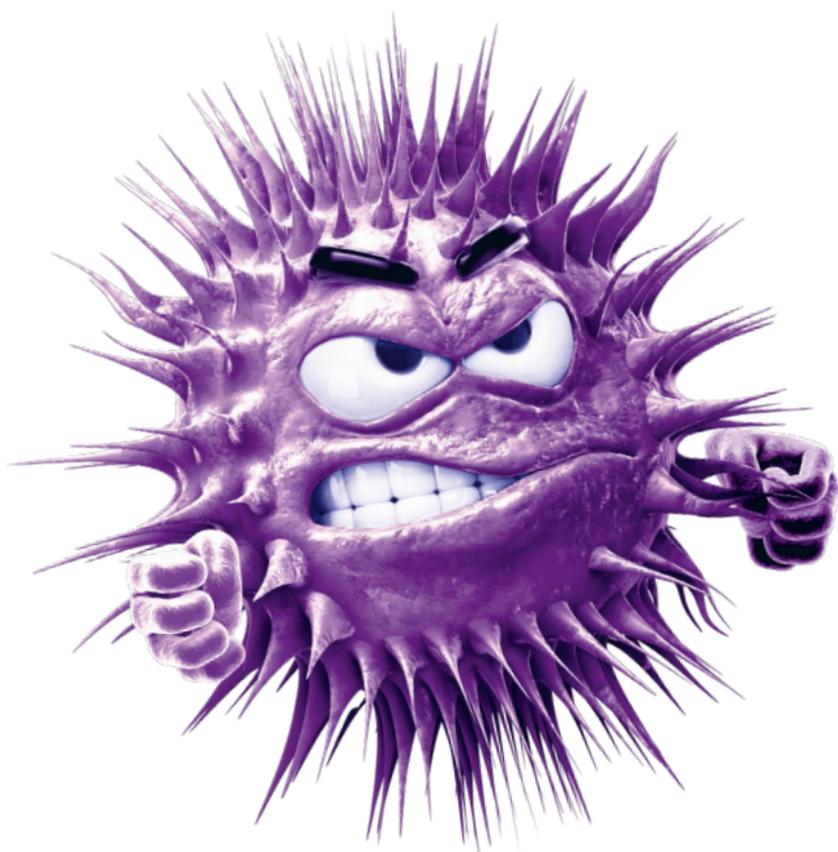
74%

Risque accru de déséquilibres glycémiques^{24,e}



30%

des adultes hospitalisés pour la grippe sont diabétiques²⁵



Vaccination contre la grippe : quand, où et pourquoi chaque année ?



Quel est le meilleur moment pour se faire vacciner contre la grippe?

À partir d'octobre, mais il peut aussi être utile pendant l'épidémie de grippe (janvier - mars).¹³



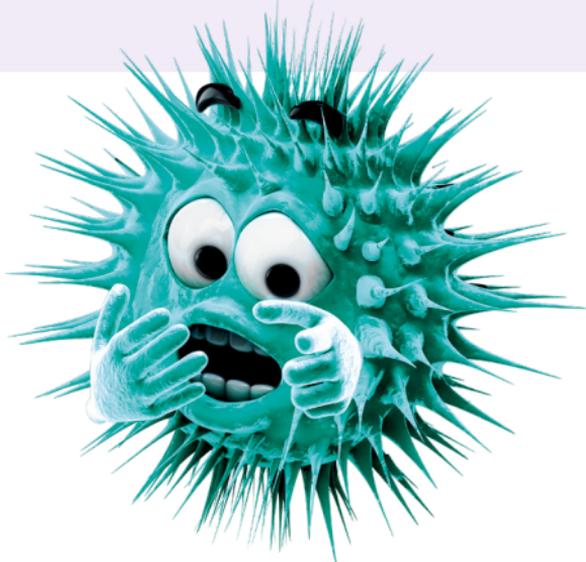
Où puis-je me faire vacciner contre la grippe?

Dans les cabinets de médecins généralistes et spécialistes, ainsi que dans de nombreuses pharmacies. La meilleure chose à faire est de demander.²⁶



Pourquoi avons-nous besoin de nous faire vacciner chaque année?

La grippe est causée par différents variants du virus. La composition de ces variants est en constante évolution. Les vaccins antigrippaux sont donc adaptés aux virus grippaux qui circulent chaque année.²⁷



Notes en bas de page:

- a Dans une étude cas-témoins autocontrôlée d'adultes âgés de 40 ans et plus, dont environ 90 % avaient 50 ans et plus, et sans antécédents d'infarctus du myocarde ou d'accident vasculaire cérébral.⁷
- b Dans les trois jours suivant une infection grippale confirmée en laboratoire par rapport à la période précédant l'infection grippale.⁷
- c Dans une étude de cohorte protectrice portant sur 925 patients âgés de 65 ans et plus, hospitalisés pour une grippe confirmée en laboratoire et d'autres maladies respiratoires aiguës.⁸
- d La comparaison est basée sur une revue systématique des études sur la prévention primaire et secondaire de l'infarctus du myocarde
- e Dans une analyse de cohorte rétrospective portant sur 54 656 patients atteints de diabète de type 2 et un groupe témoin de 113 016 personnes non diabétiques, âgées de 18 ans et plus. Les données ont été recueillies au cours de la saison grippale 2016/17.²⁴

Sources:

1. Centers for Disease Control and Prevention. Cold Versus Flu. Stand: 29.09.2022. unter: <https://www.cdc.gov/flu/symptoms/coldflu.htm> (abgerufen: 31.05.2024)
2. Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG). Erkältung. Stand: 31.10.2023. unter: <https://www.gesundheitsinformation.de/erkaeltung.html> (abgerufen: 31.05.2024)
3. Helmholtz Zentrum München. Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt (GmbH). Was ist eine Erkältung? Stand: 22.02.2022. unter: <https://www.lungeninformationsdienst.de/krankheiten/virale-infekte/erkaeltung/grundlagen> (abgerufen: 31.05.2024)
4. Helmholtz Zentrum München. Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt (GmbH). Grippe (Influenza): Diagnose. Stand: 04.08.2016. unter: <https://www.lungeninformationsdienst.de/krankheiten/virale-infekte/grippe/diagnose> (abgerufen: 31.05.2024)
5. Robert Koch-Institut (RKI). RKI-Ratgeber. Influenza (Teil 1): Erkrankungen durch saisonale Influenzaviren. Stand: 19.01.2018. unter: https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Merkblaetter/Ratgeber_Influenza_saisonal.html (abgerufen: 31.05.2024)
6. Robert Koch-Institut (RKI). Häufig gestellte Fragen und Antworten zur Grippe. Gesamtstand: 27.12.2023. unter: https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Influenza/FAQ_Liste.html (abgerufen: 08.01.2025)
7. Warren-Gash C, et al. Laboratory-confirmed respiratory infections as triggers for acute myocardial infarction and stroke: a self-controlled case series analysis of national linked datasets from Scotland. *Eur Respir J.* 2018 Mar 29;51(3):1701794.
8. Andrew MK, et al. Persistent Functional Decline Following Hospitalization with Influenza or Acute Respiratory Illness. *J Am Geriatr Soc.* 2021 Mar;69(3):696-703.
9. Robert Koch-Institut (RKI). Virus und Erkrankung. Stand: 18.09.2023. unter: https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Influenza/FAQ_Liste_Virus.html (abgerufen: 31.05.2024)
10. Greenberg SB. Update on Human Rhinovirus and Coronavirus Infections. *Semin Respir Crit Care Med.* 2016 Aug;37(4):555-71.
11. Guertler LG. Influenza. *DoctorConsult - The Journal. Wissen für Klinik und Praxis.* 2010;1(2):e111-e115. doi:10.1016/j.dcjwkp.2010.06.009
12. Robert Koch-Institut (RKI). *Epi Bull* 2024;44:3-23. unter: https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2024/Ausgaben/44_24.pdf?__blob=publicationFile (abgerufen: 08.01.2025)
13. Robert Koch-Institut (RKI). Antworten auf häufig gestellte Fragen zur Schutzimpfung gegen Influenza. Gesamtstand: 25.01.2024. unter: https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Impfen/Influenza/FAQ_Uebersicht.html (abgerufen: 31.05.2024)
14. Centers for Disease Control and Prevention. Flu & People 65 Years and Older. Stand: 21.03.2024. unter: <https://www.cdc.gov/flu/highrisk/65over.htm#print> (abgerufen: 31.05.2024)
15. Amanna IJ. Balancing the Efficacy and Safety of Vaccines in the Elderly. *Open Longev Sci.* 2012 Jun 29;6(2012):64-72.
16. Robert Koch-Institut (RKI). *Epid Bull* 2021;1:3-25. unter: https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2021/Ausgaben/01_21.pdf?__blob=publicationFile (abgerufen: 31.05.2024)

17. Robert Koch-Institut (RKI). Epid Bull 2010;31:299- 309. unter: https://www.rki.de/DE/Content/Kommissionen/STIKO/Empfehlungen/Begruendung/influenza_aenderung.pdf?__blob=publicationFile (abgerufen: 31.05.2024)
18. Skaarup KG et al. Influenza and cardiovascular disease pathophysiology: strings attached. Eur Heart J Suppl. 2023 Feb 14;25(Suppl A):A5-A11.
19. Schanzer DL, et al. Co-morbidities associated with influenza-attributed mortality, 1994-2000, Canada. Vaccine. 2008 Aug 26;26(36):4697-703.
20. Behrouzi B, et al. Association of Influenza Vaccination With Cardiovascular Risk: A Meta-analysis. JAMA Netw Open. 2022 Apr 1;5(4):e228873.
21. MacIntyre CR, et al. Influenza vaccine as a coronary intervention for prevention of myocardial infarction. Heart. 2016 Dec 15;102(24):1953-1956.
22. Yedlapati SH, et al. Vaccines and cardiovascular outcomes: lessons learned from influenza epidemics. Eur Heart J Suppl. 2023 Feb 14;25(Suppl A):A17-A24.
23. Gupta S et al., Infections in diabetes mellitus and hyperglycemia. Infect Dis Clin North Am. 2007 Sep;21(3):617-38, vii
24. Samson SI, et al. Quantifying the Impact of Influenza Among Persons With Type 2 Diabetes Mellitus: A New Approach to Determine Medical and Physical Activity Impact. J Diabetes Sci Technol. 2021 Jan;15(1):44-52.
25. Centers for Disease Control and Prevention. Flu & People with Diabetes. Stand: 20.03.2024. unter: <https://www.cdc.gov/flu/highrisk/diabetes.htm#print> (abgerufen: 31.05.2024)
26. ABDA. Faktenblatt. Gripeschutzimpfungen in Apotheken. Stand: Dezember 2022, unter: https://www.abda.de/fileadmin/user_upload/assets/Faktenblaetter/Faktenblatt_Gripeschutzimpfung_in_Apotheken.pdf (abgerufen: 31.05.2024)
27. Robert Koch-Institut (RKI). Kurz & Knapp – Faktenblätter zum Impfen. Influenza. Stand: September 2023. unter: https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/Faktenblaetter/Influenza.pdf?__blob=publicationFile (abgerufen: 31.05.2024)

**Attraper la grippe,
*c'est facile***

**Se protéger
aussi**

Parlez-en à votre médecin et faites-vous vacciner.

**Vérifiez votre carnet de vaccination et prenez rendez-vous
pour vous faire vacciner contre la grippe.**

**Plus d'informations sur
impfen.sanofi.de/grippe**



Sanofi-Aventis Deutschland GmbH
Lützowstraße 107 | 10785 Berlin | www.sanofi.de

sanofi