

Protégez vos enfants. Faites-les vacciner contre la grippe saisonnière chaque année.

Grippe saisonnière : guide à l'usage des parents

| | |
|---|--|
| La grippe saisonnière est-elle plus grave chez les enfants ? | Les nourrissons et les jeunes enfants sont plus susceptibles d'être gravement affectés par la grippe. C'est pourquoi le Département de la santé de l'état de New York recommande de faire vacciner contre la grippe saisonnière tous les enfants d'au moins 6 mois. |
| Le vaccin contre la grippe peut sauver la vie de votre enfant. | La plupart des individus qui contractent la grippe saisonnière sont malades pendant environ une semaine, avant de récupérer. Cependant, certaines personnes, comme les jeunes enfants, les femmes enceintes, les personnes âgées ou présentant des problèmes de santé chroniques peuvent tomber gravement malades. Certaines peuvent même en mourir. Une vaccination contre la grippe est le meilleur moyen de protéger votre enfant de la grippe saisonnière. Ce vaccin est recommandé à l'ensemble de la population âgée d'au moins 6 mois. |
| Qu'est-ce que la grippe saisonnière ? | La grippe, ou influenza, est une infection du nez, de la gorge et des poumons. La grippe peut se transmettre d'une personne à l'autre. |
| Le vaccin contre la grippe : injection ou spray nasal ? | <ul style="list-style-type: none">• Les injections de vaccin contre la grippe peuvent être administrées aux enfants d'au moins 6 mois.• Un vaccin sous forme de spray nasal peut être administré aux enfants en bonne santé d'au moins 2 ans.• Les enfants de moins de 5 ans ayant manifesté une respiration difficile durant l'année écoulée, ou présentant des problèmes de santé chroniques, doivent être vaccinés par injection et non par usage de spray nasal.• Les enfants de moins de 9 ans se faisant vacciner pour la première fois doivent se faire administrer deux doses. |
| Quels sont les autres moyens de protéger mon enfant ? | <ul style="list-style-type: none">• Faites-vous vacciner vous aussi contre la grippe.• Encouragez les personnes fréquentant votre enfant à se faire vacciner également contre la grippe saisonnière. C'est particulièrement important si votre enfant est âgé de moins de 5 ans ou s'il présente un problème de santé chronique tel que l'asthme (trouble respiratoire) ou le diabète (taux élevé de sucre dans le sang). Dans la mesure où les enfants de moins de 6 mois ne peuvent être vaccinés, ils ne peuvent compter que sur la vaccination de leur entourage.• Lavez-vous régulièrement les mains et couvrez vos toux et vos éternuements. Le mieux est d'utiliser un mouchoir puis de le jeter rapidement. Si vous n'en disposez pas, tousssez ou éternuez sur la partie supérieure de votre manche et non dans vos mains. Cela évitera la propagation des germes.• Dites à vos enfants de :<ul style="list-style-type: none">• Rester à l'écart des personnes malades,• Se laver fréquemment les mains,• Ne pas toucher leur visage avec leurs mains,• Couvrir leurs toux et éternuements afin de protéger les autres. |
| Quels sont les signes de la grippe ? | La grippe survient de façon soudaine. La plupart des personnes atteintes de la grippe se sentent très fatiguées et présentent de la fièvre, des maux de tête, une toux sèche, une gorge douloureuse, un nez qui coule ou qui est encombré et des douleurs musculaires. Certaines d'entre elles, et particulièrement les enfants, peuvent également présenter des troubles de l'estomac et des diarrhées. La toux peut durer deux semaines ou plus. |

| | |
|--|---|
| Comment la grippe se transmet-elle ? | Généralement, les personnes atteintes de la grippe toussent, éternuent et ont le nez qui coule. Les gouttelettes présentes dans la toux, l'éternuement ou les sécrétions nasales contiennent le virus de la grippe. Les autres personnes peuvent contracter la maladie en inhalant ces gouttelettes ou en les absorbant par le nez ou la bouche. |
| Pendant combien de temps une personne malade peut-elle transmettre la grippe à d'autres personnes ? | La plupart des adultes présentant une santé normale peuvent transmettre la grippe durant une période allant de la veille de l'apparition des symptômes jusqu'à 5 jours après cette apparition. Cela peut être plus long dans le cas des enfants et chez les personnes qui ne peuvent se défendre efficacement contre la maladie (cas des personnes présentant un système immunitaire plus faible). |
| Que dois-je utiliser pour le lavage des mains ? | Lavez les mains de vos enfants avec de l'eau et du savon. Lavez-les autant de fois qu'il le faut pour chanter deux fois la chanson « Joyeux anniversaire ». Si l'eau et le savon ne sont pas adaptés aux circonstances, utilisez des lingettes ou du gel antiseptique à base d'alcool, à moins qu'elles ne soient visiblement sales. Le gel doit être frotté dans les mains jusqu'à ce que celles-ci soient sèches. |
| Que puis-je faire si mon enfant tombe malade ? | Assurez-vous que votre enfant puisse prendre beaucoup de repos et qu'il boive en grande quantité. Consultez votre médecin traitant avant de lui administrer des remèdes sans prescription. Si votre enfant ou votre adolescent présente les symptômes de la grippe, ne lui donnez pas d'aspirine ou de médicaments similaires. Ceci pourrait avoir des conséquences graves. |
| Mon enfant peut-il aller à l'école ou à la crèche s'il a la grippe ? | Non. Si votre enfant a la grippe, il doit rester à la maison pour se reposer. Cela contribue à éviter la transmission de la grippe à d'autres enfants. |
| À partir de quel moment mon enfant peut-il retourner à l'école ou à la crèche après avoir contracté la grippe ? | Les enfants atteints de la grippe doivent être gardés en quarantaine à la maison, à l'écart des autres personnes. Ils doivent également y demeurer jusqu'à la disparition complète des symptômes durant au moins 24 heures (c'est-à-dire jusqu'à ce qu'ils ne présentent plus de fièvre sans avoir recours à des médicaments à cet usage et qu'ils se sentent bien après 24 heures). Rappelez à votre enfant de protéger les autres en couvrant leur bouche lorsqu'ils toussent ou éternuent. Vous pouvez l'envoyer à l'école en lui remettant des mouchoirs, des lingettes ou du gel (si l'école autorise la présence des gels). |

Pour plus d'informations sur la grippe, rendez-vous sur :
<http://www.health.ny.gov/diseases/communicable/influenza/seasonal/>

ou sur : www.cdc.gov/flu
Centres de contrôle et de prévention des maladies



Suivez-nous sur :
Facebook/NYSDOH
Twitter/HealthNYgov