

# LE RHUME ET LA GRIPPE SACHEZ LA DIFFÉRENCE

La grippe et le rhume peuvent avoir des symptômes similaires, mais c'est leur intensité et fréquence qui font la différence. En général, les symptômes de la grippe apparaissent rapidement, alors que ceux du rhume surviennent plus lentement.

## RHUME

Vous pourriez avoir des frissons, mais rarement de la fièvre

Toux, douleur thoracique (modérée, mais qui peut durer un certain temps)

Douleurs et courbatures (modérées)

Fatigue (vous êtes en mesure de faire vos activités quotidiennes)

Maux de tête (modérés)

Maux de gorge

Écoulement nasal, congestion et éternuements



## LES COMPLICATIONS PEUVENT INCLURE...

- + Infections des poumons
- + Infections de la gorge
- + Infections des oreilles
- + Infections des sinus

**Chaque personne éprouve les symptômes différemment. Si les symptômes s'aggravent ou persistent, consultez votre fournisseur de soins de santé.**

## GRIPPE



Fièvre

Toux, douleur thoracique (la toux sèche peut être sévère)

Douleurs et courbatures (peuvent être sévères)

Alitement (vous pourriez ressentir une fatigue extrême)

Maux de tête (peuvent être sévères)

Maux de gorge

Écoulement nasal et congestion



## LES COMPLICATIONS PEUVENT INCLURE...

- + Pneumonie
- + Aggravation de problèmes de santé existants (comme l'asthme)
- + Hospitalisation
- + Décès

POUR EN APPRENDRE PLUS,  
CONSULTEZ [CANADA.CA/GRIPPE](https://canada.ca/grippe)





# LA GRIPPE : LE SAVIEZ-VOUS?

## LA GRIPPE PEUT ÊTRE GRAVE.

- + La grippe est très contagieuse et peut se propager **rapidement** et **facilement**.
- + Vous pouvez **transmettre la grippe à d'autres personnes** avant même de vous sentir malade.
- + En moyenne **12 200 hospitalisations et 3 500 décès** associés à la grippe surviennent chaque année\* au Canada.

## LA GRIPPE PEUT TOUCHER TOUT LE MONDE.

- + Même les personnes en bonne santé peuvent contracter la grippe. Ça peut être sérieux.
- + Les personnes suivantes ont un **risque accru de développer des complications graves\*** :
  - > les adultes de 65 ans et plus;
  - > les personnes qui vivent avec un ou plusieurs problèmes de santé chronique;
  - > les personnes qui résident dans des maisons de soins ou autres établissements;
  - > les jeunes enfants;
  - > les femmes enceintes;
  - > les personnes autochtones.

## VOUS DEVEZ VOUS FAIRE VACCINER CHAQUE ANNÉE.

- + Les **virus de la grippe** évoluent d'une année à l'autre. Les experts créent un **nouveau vaccin** pour vous protéger chaque saison grippale.

## LE VACCIN ANTIGRIPPAL NE PEUT PAS VOUS DONNER LA GRIPPE.

- + Les virus dans le **vaccin antigrippal** sont tués ou affaiblis et **ne peuvent pas causer la grippe**.

## LE VACCIN ANTIGRIPPAL EST SÉCURITAIRE.

- + Le **vaccin antigrippal** profite à des **millions** de Canadiens depuis 1946.
- + La plupart des gens n'ont pas de réactions au **vaccin antigrippal**. S'il y a une réaction, il peut s'agir d'une sensibilité, d'une rougeur ou d'une enflure au point d'injection.
- + Les **réactions graves** au vaccin sont **extrêmement rares**.

## TOUT LE MONDE Y GAGNE LORSQUE VOUS VOUS FAITES VACCINER.

- + Si vous contracté la grippe, le **vaccin antigrippal** peut réduire la **sévérité de vos symptômes**.
- + En vous faisant vacciner contre la grippe, vous **vous protégez et vous protégez les autres** puisque vous êtes moins susceptible de propager la maladie.
- + Il s'agit d'une **mesure simple** qui peut **prévenir des complications** et **sauver des vies**.

\* Comité consultatif national de l'immunisation (CCNI) : Chapitre sur la grippe du Guide canadien d'immunisation et Déclaration sur la vaccination antigrippale saisonnière.

POUR EN APPRENDRE PLUS,  
CONSULTEZ [CANADA.CA/GRIPPE](http://CANADA.CA/GRIPPE)

