

# La vaccination dans votre entreprise

Votre entreprise organise  
une campagne de vaccination ?  
N'hésitez pas !  
La participation à ce type  
de campagne est tout à fait  
volontaire mais vivement  
recommandée.



spmt  
arista

Service externe de Prévention  
et de Protection au travail

Rue Royale 196 • 1000 Bruxelles  
T. +32 (0)2 533 74 11 • info@spmt-arista.be  
[www.spmt-arista.be](http://www.spmt-arista.be)

www.toba.be



# Avoir ou ne pas avoir la grippe ?

**Il vaut mieux prévenir que guérir**



Editeur responsable : Nicolas Bodson, rue Royale, 196, 1000 Bruxelles. Cette édition est protégée par des droits d'auteur et date du 1<sup>er</sup> mars 2015.

spmt  
arista

Prévention et Protection au travail

## Qu'est-ce que la grippe ?

**Vous ne vous sentez pas très bien, vous avez de la fièvre, vous tousssez et vous avez mal à la gorge. Avez-vous contracté la grippe pour autant ? Peut-être pas : il s'agit probablement d'un banal rhume. En cas de grippe, vous avez généralement beaucoup de fièvre, des frissons, des maux de tête, des douleurs musculaires et articulaires, une gorge irritée... La grippe est une infection virale. Le virus se transmet principalement par de petites gouttelettes qui sont libérées lorsque nous parlons, toussons ou éternuons.**

## Pourquoi vous faire vacciner ?

Dans les entreprises, les travailleurs se côtoient régulièrement dans des lieux fermés. C'est un terrain idéal pour que le virus de la grippe s'étende rapidement. La grippe n'est pas si innocente. En Belgique, chaque année, des centaines de personnes meurent des suites de la grippe.

Dans la plupart des cas, il s'agit de personnes âgées ou de personnes présentant des maladies chroniques. Aucun traitement idéal n'existe actuellement. Si les médicaments antiviraux peuvent aider quand vous êtes malade, ils n'empêcheront pas l'apparition de la grippe.

La grippe vous garde au lit pendant au moins une semaine et il faut parfois attendre plusieurs semaines avant d'être complètement rétabli. La seule solution est de prévenir l'apparition de l'infection.

En d'autres mots : vous faire vacciner.



## Qui doit se faire vacciner ?

Chaque travailleur et, en particulier, les personnes souffrant d'affections chroniques comme les cardiaques, les diabétiques, les patients atteints de troubles aux poumons ou aux reins et les personnes de plus de 65 ans. Vous pouvez protéger de manière indirecte un membre affaibli de la famille en vous faisant vacciner et en évitant ainsi de le contaminer.

## Le vaccin a-t-il des effets secondaires ?

Le vaccin est sûr. Il peut être administré sans danger à tout le monde. Toutefois, il se peut qu'un léger gonflement et une rougeur apparaissent durant les premiers jours à l'endroit de l'injection. Il est rare de constater des effets secondaires sérieux. Seule restriction: le vaccin ne peut être administré à des personnes allergiques aux blancs d'œufs.

## Je suis vacciné et j'ai cependant eu la grippe !

Dans la plupart des cas, il ne s'agit pas d'une grippe mais d'une infection virale semblable, souvent même d'un bon rhume, présentant des symptômes proches de ceux de la grippe. Le vaccin offre une protection dans 75 à 80% des cas. Très exceptionnellement, il est possible que vous soyez déjà contaminé juste avant la vaccination. Ce n'est certainement pas une raison pour ne pas vous faire vacciner !



## Quand vous faire vacciner ?

Chaque année, le vaccin doit être adapté car le virus évolue. Pour être efficace, la vaccination doit donc être répétée chaque année. Il est préférable de vous faire vacciner en automne. La protection débute deux semaines après l'administration du vaccin et dure au moins 6 mois.