



# LA GRIPPE EST ARRIVÉE

DITES OUI AU VACCIN,  
NON À LA GRIPPE

## PRÉVENTION ET PROTECTION

La meilleure façon de protéger les autres et vous-même est de vous faire vacciner contre la grippe.

- Le vaccin est modifié chaque année, ce qui vous permet d'être protégé(e) contre les nouveaux virus.
  - Toute personne d'au moins six mois devrait recevoir le vaccin contre la grippe tous les ans. Les enfants de moins de six mois sont trop jeunes pour recevoir le vaccin ; leur aidant devrait s'assurer de se faire vacciner.
  - Faites-vous vacciner dès que possible. Et même si vous tardez à vous faire vacciner, c'est mieux que de ne pas être vacciné(e) du tout.
- 

## NE PROPAGEZ PAS LES GERMES



Couvrez-vous la bouche et le nez avec le pli du coude quand vous toussiez ou éternuez. N'utilisez pas vos mains.



Lavez-vous les mains avec du savon.

## LES SYMPTÔMES COMPRENNENT



Fièvre



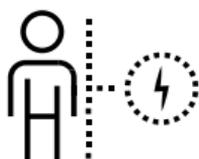
Toux



Maux de gorge



Maux de tête



Courbatures



Faiblesse

---

## EN SAVOIR PLUS

- La grippe (influenza) est une infection dangereuse des voies respiratoires qui se transmet facilement.
- Même les personnes en bonne santé peuvent être gravement malades si elles contractent la grippe. Elle peut provoquer des problèmes de santé comme une pneumonie.
- La grippe peut aggraver des maladies existantes, comme une maladie cardiaque, l'asthme et le diabète.
- Chaque année, des milliers de New-Yorkais meurent après avoir contracté la grippe. La grippe a fait de nombreuses victimes l'année dernière. Plus de 700 000 hospitalisations liées à la grippe ont été enregistrées au niveau national, un record depuis que le gouvernement fédéral a commencé à recueillir ces renseignements en 2003.\*
- Aux États-Unis, la grippe a causé la mort de plus de 180 enfants durant la saison grippale 2017-2018.\* Rien que pour la ville de New York, cinq enfants sont morts de la grippe.\*\*

\*Source : Summary of the 2017-2018 Influenza Season (Synthèse de la saison grippale 2017-2018). US Centers for Disease Control and Prevention (Centres américains pour le contrôle et la prévention des maladies). <https://www.cdc.gov/flu/about/season/flu-season-2017-2018.htm>. Accès : 26 septembre 2018.

\*\*Source : Weekly Influenza Surveillance Report (Rapport hebdomadaire de surveillance de la grippe). New York City Department of Health and Mental Hygiene (Département de la santé et de l'hygiène mentale de la ville de New York). <https://www1.nyc.gov/site/doh/providers/health-topics/flu-alerts.page>. Accès : 26 septembre 2018.

## FAITES-VOUS VACCINER GRATUITEMENT OU À FAIBLE COÛT

- Discutez du vaccin contre la grippe avec votre médecin. La plupart des régimes d'assurance, y compris Medicaid, prennent en charge ce vaccin.
- Rendez-vous dans la pharmacie la plus proche de votre domicile. Nombreuses sont celles à offrir le vaccin contre la grippe aux adultes, et certaines peuvent même vacciner les enfants à partir de deux ans.
- Demandez à votre employeur s'il offre le vaccin.

Rendez-vous dans une clinique de vaccination du Health Department (Département de santé) ou dans une clinique ou un hôpital géré par la Ville. Ces établissements administrent à tous les patients et visiteurs des vaccins contre la grippe, gratuitement ou à faible coût.

Recherchez les établissements qui administrent le vaccin par quartier ou code postal en appelant le **311**, en consultant le site [nyc.gov/flu](https://nyc.gov/flu) ou en envoyant par SMS le mot « flu » (« grippe ») au **877877**.

### Le saviez-vous ?

Tous les enfants de 6 mois à 5 ans qui fréquentent une crèche, une garderie, le programme Head Start ou une école maternelle publique de la ville de New York doivent se faire vacciner contre la grippe entre le 1<sup>er</sup> juillet et le 31 décembre de chaque année.

## SI VOUS ATTRAPEZ LA GRIPPE

- Ne prenez pas le risque de transmettre la grippe. Restez chez vous et évitez tout contact avec d'autres personnes jusqu'à ce que la fièvre ait disparu depuis au moins 24 heures sans l'aide d'un médicament obtenu sans ordonnance.
- Renseignez-vous auprès de votre médecin concernant les antiviraux, des médicaments qui peuvent traiter la grippe. Ils peuvent vous aider à guérir plus vite et à éviter des maladies plus graves.

## **PERSONNES À HAUT RISQUE DE COMPLICATIONS SUITE À LA GRIPPE**

- Femmes enceintes
- Enfants de moins de cinq ans (en particulier les enfants de moins de deux ans)
- Adultes à partir de 50 ans (en particulier à partir de 65 ans)
- Personnes souffrant de certaines maladies, dont :
  - diabète ;
  - maladie pulmonaire ou cardiaque ;
  - asthme ;
  - drépanocytose ;
  - maladie des reins ou du foie ;
  - troubles métaboliques ;
  - système immunitaire affaibli, par exemple par un traitement anticancéreux ou le VIH ;
  - troubles pouvant causer des problèmes respiratoires (crises d'épilepsie, par ex.), et troubles musculaires et nerveux.
- Personnes en fort surpoids
- Enfants et adolescents (de 6 mois à 18 ans) recevant un traitement prolongé à l'aspirine
- Personnes vivant en maisons de retraite ou dans d'autres établissements de soins
- Amérindiens et populations autochtones d'Alaska

**Il est très important de vous faire vacciner si vous faites partie du corps médical ou si vous vous occupez d'une personne appartenant à un groupe à risque cité ci-dessus.**



Trouvez des établissements pour vous faire vacciner : rendez-vous sur [nyc.gov/flu](https://nyc.gov/flu).



En savoir plus : rendez-vous sur [cdc.gov/flu](https://cdc.gov/flu).



Notez les vaccins de vos enfants dans My Vaccine Record (Mon dossier de vaccination) : pour en savoir plus, rendez-vous sur [nyc.gov/myvaccinerecord](https://nyc.gov/myvaccinerecord).

 @nychealthy

 nychealth

 @nychealthy

