

# Information – Les enfants de moins de cinq ans et la grippe H1N1

## Dans le présent document, vous trouverez :

- ♦ La grippe H1N1 : Sachez reconnaître les symptômes
- ♦ La grippe H1N1 : Indicateurs de gravité
- ♦ Vous protéger et protéger votre enfant
- ♦ Vaccin contre la grippe H1N1
- ♦ Traitement de la grippe au moyen d'antiviraux
- ♦ **Examiner les options – Contracter la grippe, se faire vacciner contre la grippe ou prendre des antiviraux**

Comme dans le cas de la grippe saisonnière, les enfants de moins de cinq ans, et surtout ceux de moins de deux ans, sont plus susceptibles de contracter la grippe H1N1. S'ils ont la grippe, ils courent aussi un plus grand risque de développer des complications graves, comme une pneumonie ou des problèmes respiratoires, qui peuvent mettre leur vie en danger. Il est donc important que les parents et les personnes qui s'occupent d'enfants réduisent les risques d'exposition au virus de la grippe H1N1.

## La grippe H1N1 : Sachez reconnaître les symptômes

Comme pour la grippe saisonnière, la grippe H1N1 peut être plus virulente chez certaines personnes que chez d'autres. À ce jour au Canada, la plupart des cas de grippe H1N1 ont été plutôt bénins (surtout chez les enfants), et les personnes malades se sont rapidement rétablies.

En général, les personnes ayant contracté la grippe (saisonnière ou H1N1) souffrent des symptômes qui suivent.

Presque toujours	Souvent	Parfois
Apparition soudaine de : <ul style="list-style-type: none"><li>♦ Fièvre</li><li>♦ Toux</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>♦ Fatigue</li><li>♦ Mal de gorge</li><li>♦ Manque d'appétit</li><li>♦ Courbatures</li><li>♦ Maux de tête</li><li>♦ Écoulement nasal</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>♦ Nausée</li><li>♦ Diarrhée</li><li>♦ Vomissements</li></ul>

Chez les enfants de moins de cinq ans, la nausée, la diarrhée et les vomissements peuvent être plus fréquents, et la fièvre moins fréquente. Chez les nourrissons de moins de deux mois, la grippe H1N1 peut rapidement devenir grave. **Si votre enfant présente des symptômes grippaux**, gardez-le à la maison jusqu'à ce qu'il n'ait plus de fièvre et qu'il retrouve son niveau d'activité normal, habituellement au bout d'une semaine. Il est important de consulter un professionnel de la santé si ses symptômes s'aggravent. Faites-lui boire beaucoup de liquide, et donnez-lui au besoin des médicaments contre la fièvre sûrs pour les enfants, comme l'acétaminophène ou l'ibuprofène. Les médicaments contre la toux et le rhume et l'aspirine sont **dangereux** pour les enfants âgés de six ans et moins.

Pour en savoir plus, consultez [www.combattezlagrippe.ca](http://www.combattezlagrippe.ca) ou composez le | 800 O-Canada (1-800-622-6232) (ATS 1-800-926-9105)



# Information – Les enfants de moins de cinq ans et la grippe H1N1

## Virus de la grippe H1N1 : Indicateurs de sévérité

Consultez immédiatement un professionnel de la santé si votre enfant présente les symptômes qui suivent.

- |   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>♦ Irritabilité : refus de jouer ou d'être tenu</li><li>♦ Ne se réveille pas ou ne réagit pas</li><li>♦ Ne mange pas ou ne boit pas suffisamment</li><li>♦ Forte fièvre (plus de 39,5 °C)</li><li>♦ Essoufflement, respiration rapide ou difficile</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>♦ Douleurs thoraciques</li><li>♦ Peau bleutée ou grisâtre</li><li>♦ Crachat contenant du sang ou coloré</li><li>♦ Confusion ou étourdissement soudain</li><li>♦ Vomissements graves ou persistants</li><li>♦ Hypotension artérielle</li></ul> |
|---|---|

## Vous protéger et protéger votre enfant

Les parents et les personnes qui s'occupent d'enfants peuvent prendre des mesures simples pour se protéger et protéger les membres de leur famille contre la grippe.

- ♦ Lavez les mains de l'enfant ou enseignez-lui comment se laver les mains souvent avec de l'eau chaude savonneuse pendant au moins 20 secondes ou utilisez un désinfectant pour les mains contenant au minimum de 60 à 90 % d'alcool (ils sont sans danger pour les enfants s'ils sont utilisés sous la supervision d'un adulte). Si les mains de votre enfant ne sont pas trop sales, vous pouvez également les nettoyer avec un désinfectant à base d'alcool.
- ♦ Lorsque l'enfant tousse ou éternue, couvrez-lui la bouche ou le nez avec un papiermouchoir. Jetez ensuite le papiermouchoir et lavez-vous les mains. Si l'enfant est assez âgé pour l'apprendre, enseignez-lui à tousser et à éternuer dans son bras plutôt que dans ses mains.
- ♦ Si l'enfant est âgé de plus de six mois, faites-le vacciner contre la grippe saisonnière ET contre la grippe H1N1. Le vaccin contre la grippe saisonnière n'offre aucune protection contre le virus de la grippe H1N1. Au cours de la présente saison de grippe (automne et hiver), il y aura probablement des cas de grippe H1N1 et des cas de grippe saisonnière. Assurez-vous que l'enfant est protégé contre les deux types de grippe en lui faisant donner les deux vaccins.
- ♦ Si l'enfant est malade, ne l'envoyez pas à la garderie et ne le faites pas participer à des activités de groupe. Attendez que l'enfant n'ait plus de symptômes grippaux et soit en mesure de participer à ses activités normales avant de l'envoyer à nouveau à la garderie et de le laisser s'approcher d'autres enfants.
- ♦ Parlez à l'enfant de la grippe et expliquez-lui comment les « microbes » se propagent et pourquoi il est important de demeurer en santé. Demandez-lui ce qu'il a entendu au sujet de la grippe et répondez à ses questions avec franchise à un niveau qu'il comprendra. Profitez de l'occasion pour rappeler à l'enfant ce qu'il peut faire pour éviter de tomber malade.
- ♦ Gardez les surfaces et les articles communs, comme les jouets, propres et désinfectés à l'aide d'un désinfectant ménager ordinaire.
- ♦ Incitez les enfants à ne pas se toucher le visage avec les mains.
- ♦ Gardez vos enfants en bonne santé. Incitez-les à manger sainement et à demeurer actifs afin de conserver un système immunitaire vigoureux.

Pour en savoir plus, consultez [www.combattezlagrippe.ca](http://www.combattezlagrippe.ca) ou composez le | 800 O-Canada (1-800-622-6232) (ATS 1-800-926-9105)



# Information – Les enfants de moins de cinq ans et la grippe H1N1

Pour en savoir davantage sur la grippe H1N1 et sur la grippe saisonnière ou sur la manière de prendre soin d'une personne malade à la maison, visitez le site [www.combattezlagrippe.ca](http://www.combattezlagrippe.ca) ou composez 1-800-O-Canada (ATS 1-800-926-9105).

## Vaccin contre la grippe H1N1

Faire vacciner votre enfant contre la grippe H1N1 est le meilleur moyen de le protéger contre ce virus. Un vaccin confère une immunité contre une maladie donnée en stimulant la production d'anticorps, c'est-à-dire les protéines de notre corps qui combattent les maladies.

Cette année, deux vaccins contre la grippe seront offerts : celui contre la grippe saisonnière et celui contre la grippe H1N1. Consultez votre professionnel de la santé afin de déterminer si votre enfant devrait recevoir l'un ou l'autre de ces vaccins ou les deux.

Deux types de vaccins contre la grippe H1N1 seront offerts : avec adjuvant et sans adjuvant. Un vaccin avec adjuvant est un vaccin contenant une substance qui stimule le système immunitaire d'une personne et accroît sa réponse au vaccin. Un vaccin sans adjuvant ne contient pas ce genre de substance. Les adjuvants sont présents dans des vaccins communs, notamment ceux contre le tétanos et l'hépatite B. Au Canada, l'adjuvant présent dans le vaccin contre la grippe H1N1 est fait d'ingrédients naturels, comme de l'eau, de l'huile de squalène et de la vitamine E.

L'Agence de la santé publique du Canada recommande d'administrer deux demi-doses du vaccin avec adjuvant contre la grippe H1N1 aux enfants âgés de six mois à neuf ans, et une dose complète de ce vaccin aux enfants âgés de dix ans et plus.

## Traitement de la grippe au moyen d'antiviraux

Si votre enfant contracte la grippe, votre professionnel de la santé pourrait lui prescrire des antiviraux.

Les antiviraux sont des médicaments sur ordonnance utilisés pour traiter la grippe. Ils ne confèrent aucune immunité contre le virus, mais ils peuvent atténuer les symptômes, raccourcir la durée de la maladie et peut-être prévenir des complications graves s'ils sont pris peu de temps après le début de la maladie (dans les 48 premières heures).

Les antiviraux ne conviennent pas à tous. Demandez à votre professionnel de la santé s'ils sont indiqués pour votre enfant.

Pour en savoir plus, consultez [www.combattezlagrippe.ca](http://www.combattezlagrippe.ca) ou composez le | 800 O-Canada (1-800-622-6232) (ATS 1-800-926-9105)



Agence de la santé  
publique du Canada

Public Health  
Agency of Canada

Canada

S'INFORMER, C'EST SE PROTÉGER

# Information – Les enfants de moins de cinq ans et la grippe H1N1

## Examiner les options – Contracter la grippe, se faire vacciner contre la grippe ou prendre des antiviraux

Au moment d'examiner les options qui s'offrent à vous au sujet de la vaccination, vous devez réfléchir à un certain nombre de facteurs. Le tableau suivant présente les risques associés au fait de contracter la grippe comparativement aux avantages et aux risques de vous faire vacciner contre la grippe H1N1 ou de prendre des antiviraux après avoir contracté la grippe.

### Si vous contractez la grippe H1N1

Si votre enfant contracte la grippe H1N1, il risque de souffrir de symptômes grippaux graves et d'être hospitalisé. Informez-vous, c'est votre meilleure défense. Prenez des mesures pour vous protéger.

	Se faire vacciner contre la grippe H1N1	Prendre des antiviraux après avoir contracté la grippe H1N1
Avantages et faits	Les vaccins ont des effets bénéfiques avérés. Faire vacciner votre enfant contre la grippe H1N1 est le meilleur moyen de le protéger contre ce virus.	Les antiviraux peuvent diminuer la gravité de la maladie.
	Le vaccin ne peut pas donner la grippe à votre enfant.	Les antiviraux <b>DOIVENT</b> être pris dans les 48 heures suivant l'apparition des symptômes.
	Les vaccins sont sûrs. Les dangers associés aux maladies évitables par la vaccination (comme la grippe) sont bien plus grands que les risques d'une réaction grave au vaccin.	Si votre enfant a la grippe, discutez des options de traitement avec votre professionnel de la santé. Les antiviraux pourraient faire partie des nombreux traitements recommandés.
	Le vaccin contre la grippe est sûr et efficace pour les enfants de six mois et plus. Le vaccin contre la grippe n'entraîne que des effets secondaires légers chez la plupart des gens.	Santé Canada a récemment approuvé l'utilisation d'anti-viraux (oseltamivir) chez les enfants âgés de moins d'un an.
	Le vaccin contre la grippe H1N1 immunisera votre enfant contre la souche actuelle du virus H1N1 dans les dix jours suivant son administration.	
Risques	Le vaccin peut causer des effets secondaires, mais ces derniers sont habituellement légers. Vous devez évaluer les risques pour votre enfant de subir des effets secondaires par rapport aux risques de souffrir de graves problèmes de santé s'il contracte la grippe.	Tous les médicaments, y compris les antiviraux, peuvent causer des effets secondaires. Les effets secondaires les plus communs de l'oseltamivir sont : nausée, vomissements, diarrhée, douleurs abdominales et maux de tête.
	Les effets secondaires les plus communs du vaccin contre la grippe sont une douleur au bras où le vaccin a été administré, des yeux rouges ou douloureux, des démangeaisons et, dans certains cas, une fièvre légère. Le vaccin contre la grippe n'entraîne aucun effet secondaire grave chez la plupart des gens.	Le virus de la grippe peut s'adapter et développer une résistance aux antiviraux, ce qui signifie que les médicaments ne seraient plus efficaces pour traiter la grippe H1N1.
	Environ une personne sur 100 000 aura une réaction grave au vaccin contre la grippe, notamment l'anaphylaxie ou le syndrome de Guillain-Barré.	De rares cas d'anaphylaxie et de réactions cutanées graves, notamment la nécrolyse épidermique toxique, le syndrome de Stevens-Johnson et l'érythème polymorphe ont été signalés à la suite de l'administration de l'antiviral oseltamivir.

Pour en savoir plus, consultez [www.combattezlagrippe.ca](http://www.combattezlagrippe.ca) ou composez le | 800 O-Canada (1-800-622-6232) (ATS 1-800-926-9105)



S'INFORMER, C'EST SE PROTÉGER

# Information – Les enfants de moins de cinq ans et la grippe H1N1

Se faire vacciner contre la grippe H1N1	Prendre des antiviraux après avoir contracté la grippe H1N1
<p>Les vaccins ne provoquent pas l'autisme. Selon un certain nombre d'études médicales et de groupes consultatifs d'experts, notamment le Comité consultatif mondial de la sécurité vaccinale de l'Organisation mondiale de la Santé, il n'y a aucun lien entre les vaccins et l'autisme.</p>	<p>Les antiviraux ne conviennent pas à tous. Demandez à votre professionnel de la santé si les antiviraux constituent un traitement approprié dans le cas de votre enfant.</p>
<p>If you receive the H1N1 vaccine you are at no greater risk of acquiring Guillain-Barré Syndrome (GBS), a neurological condition that occurs in approximately two in 100,000 people per year and is most often associated with foodborne infections. The possible risk of acquiring GBS from the flu or the flu vaccine is very small.</p>	<p>Les antiviraux sont pris sous forme de comprimés (oseltamivir) ou d'inhalants (zanamivir). Ils ne sont pas administrés par injection.</p>
<p>Le thimérosal est une forme de mercure utilisée dans le vaccin H1N1 pour le stabiliser et en maintenir la qualité durant l'entreposage. Il s'agit d'une forme de mercure qui diffère de celle qui est réputée causer des problèmes de santé. La quantité contenue dans les vaccins antigrippaux est de beaucoup inférieure à la limite quotidienne recommandée. À titre d'exemple, une boîte de thon contient une quantité de mercure supérieure à la quantité de thimérosal présente dans le vaccin contre la grippe H1N1.</p>	<p>Les antiviraux sont pris sous forme de comprimés (oseltamivir) ou d'inhalants (zanamivir). Ils ne sont pas administrés par injection.</p>
<p>Le fait de recevoir le vaccin contre la grippe H1N1 n'augmente pas le risque d'être atteint du syndrome de Guillain-Barré, un trouble neurologique qui touche environ deux personnes sur 100 000 par année et qui est plus fréquemment associé à des infections d'origine alimentaire. La possibilité d'être atteint de ce syndrome par suite d'une grippe ou d'une vaccination contre la grippe est très faible.</p>	<p>Les antiviraux servant à traiter la grippe doivent habituellement être pris pendant cinq jours.</p>
<p>Un vaccin avec adjuvant est un vaccin contenant une substance qui stimule le système immunitaire d'une personne et accroît sa réponse au vaccin. Un vaccin sans adjuvant ne contient pas ce genre de substance.</p> <p>Les adjuvants sont présents dans des vaccins communs, notamment ceux contre le tétanos et l'hépatite B. Au Canada, l'adjuvant présent dans le vaccin contre la grippe H1N1 est fait d'ingrédients naturels, comme de l'eau, de l'huile de squalène et de la vitamine E.</p> <p>Les vaccins sans adjuvant sont recommandés pour les femmes enceintes lorsque le virus de la grippe n'est pas encore présent dans la collectivité, car il existe jusqu'à présent moins de données sur l'innocuité du vaccin avec adjuvant utilisé pendant la grossesse.</p>	

Pour en savoir plus, consultez [www.combattezlagrippe.ca](http://www.combattezlagrippe.ca) ou composez le | 800 O-Canada (1-800-622-6232) (ATS 1-800-926-9105)



Agence de la santé  
publique du Canada

Public Health  
Agency of Canada

Canada