

**VOICI COMMENT  
NOUS PROTÉGER:**

# Protéger de la grippe : Fiche d'information pour les proches et les personnes en contact étroit avec des personnes présentant un risque élevé de complication en cas de grippe

## Votre vaccination protège aussi vos proches

### Quand est-il judicieux de se faire vacciner ?

En vous faisant vacciner, vous protégez indirectement vos proches et les personnes avec qui vous êtes en contact étroit et qui présentent un risque élevé de complication en cas de grippe.

Le vaccin contre la grippe est recommandé pour toute personne directement en contact régulier, dans le cadre privé ou professionnel, avec des personnes présentant un risque élevé de complication en cas de grippe.

Les personnes suivantes présentent un risque élevé de complication en cas de grippe :

- Les personnes âgées de 65 ans ou plus
- Les femmes enceintes ou ayant accouché il y a moins de quatre semaines
- Les enfants nés prématurément (pendant les deux premiers hivers suivant la naissance)
- Les nourrissons de moins de six mois
- Les personnes avec l'une des maladies chroniques suivantes :
  - maladies pulmonaires chroniques (y c. asthme et bronchopneumopathie chronique obstructive [BPCO])
  - maladies cardiaques ou vasculaires
  - troubles hépatiques ou rénaux
  - troubles métaboliques (p. ex. diabète)
  - troubles neurologiques chroniques (p. ex. maladie de Parkinson)
  - immunodéficience innée ou acquise
  - infection par le VIH
  - maladie du cancer
- Les résidents des maisons de retraite, des établissements médico-sociaux et de ceux pour patients atteints d'une maladie chronique

### Qui sont les « proches et les personnes en contact étroit » ?

Les « proches et les personnes en contact étroit » sont toutes les personnes qui vivent, travaillent ou sont régulièrement en contact avec des personnes présentant un risque élevé de complication en cas de grippe.

Le personnel soignant, médical et paramédical ainsi que le personnel des crèches, des structures de jour et des établissements de soins ou de retraite appartiennent également à cette catégorie. Les enfants dès l'âge de six mois et les jeunes sont également concernés s'ils sont régulièrement en contact avec des personnes présentant ce risque élevé de complication (p. ex. parents, frères et sœurs ou grands-parents).

Les contacts aléatoires au quotidien (dans les transports publics, lors d'achats, etc.) ne sont pas considérés comme « personne en contact étroit ». Cependant, les personnes qui désirent limiter leur risque d'infection grippale pour des raisons privées et/ou professionnelles peuvent également envisager la vaccination.

### Un signe fort de solidarité

Les personnes présentant un risque élevé de complication ne peuvent se protéger que partiellement contre une infection grippale, par exemple lorsque leur système immunitaire ne réagit pas très bien au vaccin. Se faire vacciner permet de se prémunir contre la grippe tout en protégeant ses proches et son entourage.