

# Aide-mémoire: grippe et grossesse



---

## La grippe peut être grave quand on est enceinte

S'il n'est jamais agréable d'attraper la grippe, elle peut être bénigne et disparaître rapidement chez certaines personnes. Cependant, chez les femmes enceintes, elle peut avoir des conséquences beaucoup plus sérieuses. La grossesse provoque en effet des changements temporaires au niveau du système immunitaire, du cœur et des poumons qui rendent les femmes enceintes plus enclines à développer une maladie grave lorsqu'elles contractent la grippe. Les femmes enceintes souffrant de la grippe sont plus susceptibles d'être hospitalisées et même de succomber à la maladie. Le fœtus doit aussi faire face à des problèmes, comme la naissance prématurée et le retard de croissance.

---

## Vaccination contre la grippe saisonnière – le meilleur choix pour la mère et l'enfant pendant la grossesse

La vaccination contre la grippe saisonnière ne présente aucun risque quel que soit le stade de la grossesse. Depuis de nombreuses années, des millions de doses de vaccin contre la grippe saisonnière ont été administrées aux femmes enceintes du monde entier, et celui-ci est largement considéré comme sûr pendant la grossesse. Une fois vaccinée, vous transmettez votre immunité à votre enfant, et vous le protégez pendant les six premiers mois de sa vie. Comme les bébés âgés de moins de six mois sont trop jeunes pour être vaccinés, la vaccination de la mère constitue donc sa meilleure protection.

Parmi les principaux effets secondaires de la vaccination, il convient notamment de mentionner la douleur et les rougeurs au point d'injection. Certaines personnes souffrent aussi de maux de tête, de douleurs musculaires, de fièvre, de fatigue et de nausées. Ces effets secondaires sont bénins et disparaissent rapidement comparés à la grippe.

---

## Si vous présentez des symptômes grippaux pendant la grossesse

Si vous présentez l'un ou l'autre des symptômes de type grippal suivants, même si vous avez déjà été vaccinée, veuillez immédiatement consulter votre médecin ou votre sage-femme: fièvre, toux, mal de gorge, maux de tête, courbatures, écoulement nasal, vomissements et diarrhée. Si vous avez l'un ou l'autre des symptômes suivants, faites-vous soigner de toute urgence:

difficultés respiratoires

douleur ou pression au niveau de la poitrine ou de l'abdomen

confusion ou étourdissements soudains

vomissements graves ou continus

mouvements réduits ou absents de votre bébé

fièvre élevée qui ne réagit pas aux médicaments