**La grippe** est une infection *respiratoire*, due au virus Influenza. Elle se déclare le plus souvent par épidémies, essentiellement en hiver.

Le virus se trouve dans les fines gouttes de sécrétions respiratoires émises par les personnes infectées (toux, éternuements). Ces gouttes, en suspension dans l’air ambiant, sont inspirées et *transmettent* le virus.

Après 1 à 4 jours, les **symptômes** apparaissent brusquement : malaise, fatigue, fièvre, mal de tête, douleurs musculaires, toux, mal de gorge, rhume.

Il n’existe pas de test simple de laboratoire pour asseoir le diagnostic.

Les symptômes *disparaissent* en 2 à 5 jours.

Le corps *se* *défend* *spontanément* mais des **complications** sont possibles, notamment pneumonie et détresse respiratoire : en particulier chez le nourrisson, le petit enfant, la femme enceinte, la personne âgée, asthmatique ou fragilisée par d’autres maladies.

Le **traitement** est le repos, le Paracétamol pour soulager les douleurs. L’Aspirine est déconseillée pour tous, interdite en-dessous de 18 ans. Il est important de faire tomber la fièvre en cas de grossesse.

On peut **se protéger** en évitant le contact avec les personnes atteintes et en limitant la propagation de la maladie : tousser ou éternuer dans un mouchoir jetable, rester à domicile si malade, se laver les mains.

*La meilleure protection* est le **vaccin**. Il est synthétisé à partir de 4 types de virus inactivés, sans adjuvant. Une seule dose est injectée en intramusculaire fin octobre. Son efficacité est de 70 à 90 %. Comme les virus évoluent, un nouveau vaccin est réalisé et administré chaque année. Il n’entraîne ni risque ni effet secondaire, sauf parfois une réaction bénigne sur le site d’injection.

**Chez la femme enceinte** ou venant d’accoucher, la grippe entraîne plus souvent des complications graves pour la *Maman*.

Bien que le virus ne passe pas chez le *Bébé*, la grippe et la fièvre augmentent le risque de fausse couche, de malformation fœtale, de retard de croissance fœtale, d’accouchement prématuré.

Malgré des précautions, la Maman grippée expose directement son Bébé, particulièrement fragile.

Le vaccin, administré avant (ou sinon pendant) la grossesse, *protège la Maman* contre les complications, *protège le Bébé* et donne à celui-ci des *anticorps* efficaces plusieurs mois après la naissance.

Le vaccin est *sans danger* pour la grossesse. Dans ce cadre, il est partiellement remboursé par l’Inami.

En **conclusion**, le vaccin antigrippal, en toute sécurité, protège la Maman, la grossesse et le Bébé. *Toute femme désirant une grossesse doit se faire vacciner contre la grippe*. Si elle ne l’a pas fait, elle doit le faire en cours de grossesse. Le vaccin est également proposé aux personnes de l’entourage direct.

Dr Chr. Gautier, 31/08/2019