



Un guide de *vaccination* à
l'intention des parents



Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada

Canada

Promouvoir et protéger la santé des Canadiens grâce au leadership, aux partenariats, à l'innovation et aux interventions en matière de santé publique.

—Agence de la santé publique du Canada

Also available in English under the title:
A Parent's Guide to *Vaccination*

Pour obtenir plus d'information, veuillez communiquer avec :

Agence de la santé publique du Canada

Indice de l'adresse 0900C2

Ottawa (Ontario) K1A 0K9

Tél. : 613-957-2991

Sans frais : 1-866-225-0709

Télééc. : 613-941-5366

ATS : 1-800-465-7735

Courriel : publications-publications@hc-sc.gc.ca

Cette publication peut être mise à disposition dans d'autres formats sur demande.

© Sa Majesté le Roi du Chef du Canada, représenté par le ministre de la Santé, 2023

Date de publication : mars 2023

La présente publication peut être reproduite sans autorisation pour usage personnel ou interne seulement, dans la mesure où la source est indiquée en entier.

Imprimé Cat. : HP40-38/2023F
ISBN : 978-0-660-46106-9

PDF Cat. : HP40-38/2023F-PDF
ISBN : 978-0-660-46086-4

Pub. : 220530





Table des matières

- 4 À propos de la vaccination
- 10 Maladies prévenues par les vaccinations de routine
- 14 Sécurité des vaccins
- 17 Garder les vaccinations de votre enfant à jour
- 20 À quoi s'attendre lors du rendez-vous de vaccination de votre enfant
- 25 Où trouver plus de renseignements





Un guide de *vaccination* à l'intention des parents

Les vaccins constituent un moyen important de protéger votre enfant contre des maladies graves et potentiellement mortelles. Vous pouvez contribuer à les protéger et à les garder en bonne santé en veillant à ce qu'ils reçoivent tous les vaccins recommandés à temps.



À propos de la *vaccination*

Que sont les *vaccins*?

Les vaccins sont des outils qui fonctionnent avec les défenses naturelles de l'organisme (le système immunitaire), afin de développer une protection contre les maladies sans les risques liés à ces maladies.

Qu'est-ce que le système immunitaire?

Le système immunitaire est un réseau complexe de cellules, de tissus et d'organes dans notre corps qui travaillent ensemble pour prévenir les maladies et nous maintenir en bonne santé.

Notre système immunitaire réagit aux éléments qu'il considère comme non familiers ou nuisibles, tels que les bactéries et les virus qui peuvent causer des maladies. Grâce à une série d'étapes appelée la réponse immunitaire, notre organisme produit des anticorps et des cellules immunitaires mémoire pour combattre l'infection et assurer une protection contre les infections futures (immunité).

Les anticorps sont des protéines qui se fixent sur les bactéries ou les virus nuisibles et contribuent à les éliminer de notre corps. Si nous rencontrons à nouveau ce virus ou cette bactérie spécifique, les cellules immunitaires mémoire produisent rapidement beaucoup d'anticorps pour l'éliminer de l'organisme avant que nous ne tombions vraiment malades.

Le saviez-vous?

De nombreuses bactéries sont utiles et peuvent se trouver naturellement dans et sur notre corps sans nous rendre malades, du moment qu'elles ne se trouvent pas dans des parties du corps auxquelles elles n'appartiennent pas. Le système immunitaire a pour mission de déterminer quelles bactéries peuvent nous rendre malades et de développer une réponse immunitaire si nécessaire.



Comment fonctionne la vaccination?

La vaccination fonctionne en exposant de manière sécuritaire notre corps à des composants spécifiques des bactéries ou des virus, appelés antigènes, afin que notre système immunitaire puisse développer une réponse immunitaire. Plus tard, si nous sommes exposés à cette même bactérie ou à ce même virus, notre système immunitaire sera capable de réagir plus rapidement, afin de :

- > nous empêcher de contracter la maladie
- > nous empêcher de tomber gravement malades si nous contractons la maladie

Comment les *vaccins* sont-ils administrés?

La plupart des vaccins sont administrés par injection (aiguille) dans le haut du bras ou de la cuisse de votre enfant. Certains vaccins peuvent être administrés par voie orale (par la bouche) et il existe un vaccin contre la grippe (influenza) qui est pulvérisé dans le nez.

Certains vaccins offrent une protection à vie, alors que d'autres nécessitent des rappels pour continuer à nous protéger.

Certains vaccins protègent contre un seul virus ou une seule bactérie, alors que les vaccins combinés protègent contre plusieurs virus ou bactéries en même temps. Les vaccins combinés sont utiles car ils permettent moins d'injections et moins de rendez-vous, ce qui peut aider à réduire les retards de vaccination et de protection.

Les enfants peuvent avoir besoin de plusieurs doses d'un vaccin pour être bien protégés. Par exemple, le DCaT-VPI-Hib est un vaccin combiné qui est généralement administré en quatre doses au cours des deux premières années de vie. Il protège contre :

- > la diphtérie
- > le Hib (*haemophilus influenzae* type b)
- > la polio
- > le tétanos
- > la coqueluche



Pourquoi la *vaccination* est-elle importante?

La vaccination est considérée comme l'un de nos outils de santé publique les plus importants. Au cours des 50 dernières années, la vaccination a sauvé de nombreuses vies au Canada et dans le monde entier. Grâce aux vaccins, certaines maladies infantiles qui étaient autrefois courantes au Canada sont aujourd'hui rares.

La vaccination peut même empêcher complètement une maladie infectieuse de se déclarer où que ce soit dans le monde. Par exemple, grâce à la vaccination, il n'y a pas eu un seul cas de variole naturelle dans le monde entier depuis 1977.

Certains vaccins peuvent contribuer à créer une immunité communautaire (également appelée immunité collective). Cela signifie que plus le nombre de personnes vaccinées contre une maladie est élevé, moins la maladie a de chances de se propager dans une communauté. Cela permet de protéger les personnes qui ne peuvent pas être vaccinées. Cela permet également de protéger les personnes pour lesquelles le vaccin pourrait ne pas être aussi efficace, comme les nourrissons, les personnes âgées et les personnes qui sont immunodéprimées.

Les personnes qui sont immunodéprimées ont un système immunitaire affaibli en raison d'un problème de santé ou des médicaments qu'elles prennent. Elles ne peuvent pas recevoir certains vaccins et les vaccins qu'elles reçoivent peuvent ne pas être aussi efficaces. Ces personnes ont un risque plus élevé de contracter des maladies évitables par la vaccination et de tomber très malades.

Pour comparer le nombre de cas de 6 maladies évitables par la vaccination avant et après l'introduction des vaccins au Canada, consultez l'affiche « Les vaccins fonctionnent » sur le site Canada.ca/vaccins-fonctionnent.



Le saviez-vous?

Plus une maladie est contagieuse, plus il faut vacciner de personnes pour éviter qu'elle ne se propage. Par exemple, la rougeole est l'une des maladies les plus contagieuses : un seul cas peut se propager rapidement parmi des personnes non vaccinées. Dans un groupe de 100 personnes qui n'ont jamais été infectées par la rougeole, 95 d'entre elles doivent être vaccinées pour empêcher la propagation de la rougeole. C'est pourquoi les taux de vaccination doivent rester élevés pour empêcher l'apparition d'épidémies.



Maladies prévenues par les *vaccinations* de routine

Les vaccinations de routine sont recommandées selon un calendrier basé sur l'âge de votre enfant. Peu importe où vous vivez au Canada, la totalité ou la quasi-totalité de ces vaccins sont fournis gratuitement par votre province ou territoire.

Voici quelques-unes des maladies contre lesquelles les vaccinations de routine aident à protéger votre enfant. Certains vaccins sont administrés sous forme de vaccins combinés :

- > la varicelle : Canada.ca/varicelle
- > la diphtérie : Canada.ca/diphtherie
- > la grippe (influenza) : Canada.ca/grippe
- > l'hépatite B : Canada.ca/hepatite-b
- > le Hib (haemophilus influenzae type b) : Canada.ca/la-haemophilus
- > le VPH (virus du papillome humain) : Canada.ca/vph
*offert dans les cliniques en milieu scolaire
- > la rougeole : Canada.ca/rougeole
- > le méningocoque : Canada.ca/meningocoque
- > les oreillons : Canada.ca/oreillons
- > les pneumocoques : Canada.ca/pneumocoque
- > la polio (poliomyélite) : Canada.ca/la-polio
- > le rotavirus : Canada.ca/le-rotavirus
- > la rubéole : Canada.ca/rubeole
- > le tétanos : Canada.ca/tetanos
- > la coqueluche : Canada.ca/coqueluche

Le calendrier des vaccins peut varier en fonction de votre province ou territoire de résidence. Demandez à un fournisseur de soins de santé ou à votre service de santé publique local de vous indiquer les vaccins dont votre enfant a besoin.

D'autres vaccins peuvent également être recommandés dans certaines situations. Par exemple :

- > si votre enfant voyage dans une région où certains virus ou bactéries sont courants
- > si votre enfant a pu être exposé(e) à certains virus ou bactéries, par exemple en raison d'une exposition à une personne ou un animal infecté, ou à un objet contaminé
- > pendant l'éclosion d'une maladie
- > si votre enfant présente certains problèmes de santé ou facteurs de risque

Votre enfant va-t-il voyager?

Certaines maladies qui ne sont pas courantes au Canada le sont dans d'autres parties du monde. Cela signifie qu'en voyageant dans un autre pays, votre enfant pourrait être exposé(e) à des virus ou à des bactéries contre lesquels nous ne vaccinons pas de façon routinière au Canada.

Il est recommandé de consulter un fournisseur de soins de santé qualifié en services de santé-voyage ou de se rendre dans une clinique de santé-voyage au moins 6 semaines avant le départ en voyage de votre enfant. Ils pourraient recommander d'autres vaccins en fonction de l'endroit où votre enfant se rend.

Consultez le site voyage.gc.ca/vaccinations-voyage pour obtenir des conseils et des renseignements utiles sur les voyages.

Vaccination annuelle contre la grippe (influenza)

La grippe est une maladie respiratoire qui peut provoquer de la fièvre, de la toux, des douleurs musculaires, des maux de tête, des maux de gorge et de la fatigue. Certaines personnes ne tombent que légèrement malades alors que d'autres peuvent devenir très malades.

Il est recommandé que toute personne âgée de 6 mois et plus reçoive un vaccin contre la grippe chaque automne. En effet, la protection apportée par le vaccin contre la grippe peut ne pas durer d'une année à l'autre, et les souches contenues dans le vaccin peuvent changer d'une année à l'autre. Les vaccins antigrippaux ciblent les 3 ou 4 souches de grippe qui sont prédites comme celles qui vont causer la maladie au cours de la prochaine saison grippale (de novembre à avril).

Pour leur tout premier vaccin contre la grippe, les enfants âgés de 6 mois à moins de 9 ans doivent recevoir 2 doses à un mois d'intervalle. Après cela, ils n'ont besoin que d'un seul vaccin contre la grippe chaque automne.

En veillant à ce que votre enfant soit vacciné(e) contre la grippe, vous le/la protégez, ainsi que les autres, car il ou elle sera moins susceptible de transmettre la grippe à d'autres.

Pour plus de renseignements, consultez votre fournisseur de soins de santé, votre service de santé publique local ou le site Canada.ca/grippe.

Vaccination contre la COVID-19

La COVID-19 est une maladie infectieuse causée par le virus SRAS-CoV-2. Bien que la COVID-19 soit généralement bénigne chez les enfants, certains enfants peuvent en être très malades. Vous pouvez contribuer à protéger votre enfant contre la COVID-19 en le/la faisant vacciner.

Pour obtenir des renseignements sur les vaccins contre la COVID-19, consultez le site Canada.ca/vaccin-covid.





Sécurité des *vaccins*

Lorsque le Canada envisage d'approuver un vaccin, Santé Canada examine l'efficacité et la sécurité du vaccin avant de prendre une décision.

Une fois qu'un vaccin a été approuvé, Santé Canada continue de surveiller sa sécurité et son efficacité, en collaboration avec les provinces et les territoires, les autres pays et des organisations internationales.

Après avoir été vacciné, il est courant de ressentir des effets secondaires qui peuvent durer entre 1 et 3 jours. La plupart des enfants tolèrent bien les vaccins. Dans certains cas, votre enfant peut être irritable, avoir une légère fièvre, être plus endormi(e) que d'habitude, ou avoir une douleur, un gonflement ou une rougeur à l'endroit où l'injection a été faite.



Le saviez-vous?

Votre enfant peut présenter des effets secondaires légers pendant quelques jours après la vaccination car son organisme s'efforce de développer une réponse immunitaire contre la maladie.

Certains enfants peuvent avoir peur de recevoir leurs vaccins. Pour des conseils sur comment réduire la douleur et aider votre enfant à avoir une meilleure expérience de vaccination, reportez-vous à la section : « À quoi s'attendre lors du rendez-vous de vaccination de votre enfant ».

Les effets secondaires graves ou les réactions allergiques à un vaccin sont très rares. Si vous pensez que votre enfant a une réaction grave après une vaccination, consultez immédiatement un médecin. Les effets secondaires graves des vaccins doivent également être signalés au service de santé publique local. Informez votre fournisseur de soins de santé de toute réaction grave que votre enfant a eue avant qu'il/elle ne reçoive de nouveaux vaccins.





Garder les *vaccinations* de votre enfant à jour

Comment savoir si votre enfant doit être *vacciné(e)*?

Pour une protection optimale, votre enfant doit être vacciné(e) à plusieurs moments au cours de sa vie. Les calendriers de vaccination (également appelés calendriers d'immunisation) sont conçus pour proposer les vaccins **avant** que les enfants soient susceptibles d'être exposés à la maladie. Par conséquent, il est très important que les enfants soient vaccinés dans les délais prévus.

Vous pouvez savoir quels vaccins votre enfant a reçus en consultant son carnet de vaccination personnel. Chaque personne devrait tenir un carnet de vaccination personnel tout au long de sa vie. Conservez-le dans un endroit sûr et présentez-le à chaque rendez-vous de vaccination, afin qu'il puisse être mis à jour.

Si votre enfant n'a pas de carnet de vaccination personnel, contactez son fournisseur de soins de santé ou votre service de santé publique local pour en obtenir un.

Pour savoir si votre enfant doit être vacciné(e), consultez le calendrier de vaccination de votre province ou territoire ou parlez-en à un fournisseur de soins de santé ou à votre service de santé publique local.

Les calendriers de vaccination sont disponibles sur le site Canada.ca/calendrier-immunisation.

Que faire si mon enfant a manqué un *vaccin*?

Si votre enfant n'a pas reçu tous les vaccins recommandés pour son âge, il/elle peut encore les demander. Il est important de se remettre à jour avec le calendrier de vaccination.

Prenez rendez-vous pour parler au fournisseur de soins de santé de votre enfant ou à votre service de santé publique local dès que possible. Ils peuvent vous aider à déterminer :

- > les vaccins que votre enfant a déjà reçus
- > ceux dont il/elle a encore besoin
- > quand et où les obtenir

Que faire si mon enfant ne peut pas être *vacciné(e)*?

Les enfants qui sont immunodéprimés peuvent ne pas être en mesure de recevoir certains vaccins. Immunodéprimé signifie que le système immunitaire de la personne peut être affaibli en raison :

- > d'un problème de santé
- > de certains médicaments

Il est très important que les personnes qui vivent ou qui sont en contact étroit avec un(e) enfant qui est immunodéprimé(e) soient à jour avec leurs vaccins. Discutez avec le fournisseur de soins de santé de votre enfant pour savoir comment le/la protéger.

Et si nous déménageons dans une autre province ou un autre territoire?

Les calendriers de vaccination peuvent différer selon votre province ou territoire. Si vous déménagez dans une autre province ou un autre territoire, le calendrier de vaccination de votre enfant peut être différent.

Après avoir déménagé, communiquez avec le nouveau fournisseur de soins de santé de votre enfant ou le service de santé publique local pour savoir quels vaccins sont nécessaires. Veillez à apporter le carnet de vaccination personnel de votre enfant lors de votre rendez-vous, afin que le fournisseur de soins de santé sache quels vaccins votre enfant a déjà reçus.





À quoi s'attendre lors du rendez-vous de *vaccination* de votre enfant

Vous pouvez aider votre enfant à avoir une expérience positive de la vaccination. Cela sera plus facile si vous savez à quoi vous attendre.

Avant le rendez-vous

- › Planifiez à l'avance pour que l'expérience de la vaccination soit plus positive.
 - › Pensez à apporter quelque chose pour distraire votre enfant, comme un jeu, un livre, de la musique ou une vidéo.
 - › Si vous ou votre enfant avez des craintes ou de l'anxiété à propos de la vaccination, parlez-en à votre fournisseur de soins de santé avant le rendez-vous pour discuter des options qui pourraient vous aider.
- › Si vous disposez d'un carnet de vaccination personnel pour votre enfant, apportez-le lors de votre rendez-vous. Si vous n'en avez pas, demandez-en un lors de votre rendez-vous.

Pour plus de renseignements sur comment se préparer au rendez-vous de vaccination de votre enfant, rendez-vous sur le site Canada.ca/visite-vaccination-enfants.





Pendant le rendez-vous

Le fournisseur de soins de santé de votre enfant pourrait vous poser quelques questions sur la santé de votre enfant avant de le/la vacciner. C'est le moment idéal pour poser toutes les questions que vous avez sur les vaccins. Si votre enfant a de l'anxiété, a eu des expériences de vaccination négatives, ou une réaction grave à une vaccination antérieure, mentionnez-le au fournisseur de soins de santé.

Pour une expérience de vaccination plus confortable, essayez les stratégies suivantes :

- > **Réconfortez votre enfant** en le/la tenant et en lui parlant pendant la vaccination.
- > **Si vous allaitez, essayez de nourrir votre bébé ou votre enfant juste avant, pendant ou après la vaccination.** Cela contribuera à le/la reconforter.
- > **Restez calme.** Votre enfant peut réagir à vos émotions. Si vous êtes calme et positif/ve, il/elle sera plus à l'aise.
- > **Distrayez votre enfant.** Votre voix ou votre toucher apaisant peuvent contribuer à reconforter votre enfant, tout comme un jouet, une histoire ou une chanson parmi ses préférés.

Avant de quitter la clinique

Rappelez à votre fournisseur de soins de santé de noter la vaccination dans le carnet de vaccination personnel de votre enfant. Si votre enfant n'en a pas, demandez-en un maintenant.

Prenez rendez-vous pour la prochaine vaccination de votre enfant.

On vous demandera d'attendre au moins 15 minutes après la vaccination pour s'assurer que votre enfant ne fait pas de réaction allergique.

Les réactions allergiques graves aux vaccins sont très rares. Les signes d'une réaction allergique grave peuvent être les suivants :

- > problèmes respiratoires (respiration sifflante)
- > gonflement du visage, de la langue ou de la gorge
- > éruption rouge sur la peau (urticaire)

Si vous pensez que votre enfant présente une réaction allergique grave, alertez immédiatement un membre du personnel de la clinique. Ils ont des médicaments à portée de main pour gérer les réactions allergiques.

Après la *vaccination*

La plupart des enfants tolèrent bien les vaccins. Dans certains cas, votre enfant peut :

- > être irritable
- > avoir une légère fièvre
- > être plus somnolent(e) que d'habitude
- > avoir une douleur, un gonflement ou une rougeur à l'endroit où l'injection a été faite

Ces réactions sont normales et disparaissent généralement en quelques jours. Vous pouvez donner à votre enfant des médicaments pour soulager la douleur ou faire baisser la fièvre. Consultez le fournisseur de soins de santé de votre enfant si vous avez besoin de conseils sur le médicament à utiliser.

Quand appeler un fournisseur de soins de santé après une *vaccination*

Si votre enfant présente des symptômes qui pourraient indiquer une réaction allergique, consultez immédiatement un médecin. Si votre enfant présente d'autres symptômes qui s'aggravent ou ne disparaissent pas, ou si quelque chose vous inquiète, contactez son fournisseur de soins ou consultez un médecin.

Le savez-vous?

Vous pouvez utiliser le système CARD (confort-aide-relaxation-distraction) pour trouver d'autres stratégies permettant d'améliorer l'expérience de la vaccination. Pour en savoir plus sur le système CARD, rendez-vous sur le site systemecard.ca.



Le savez-vous?

La désinformation est une information fautive ou trompeuse qui est présentée comme un fait. La désinformation est une information fautive qui est délibérément créée et diffusée pour tromper ou induire les gens en erreur. La désinformation et la désinformation concernant les vaccins sont répandues. Veillez à obtenir vos renseignements sur les vaccins auprès de sources fiables et dignes de confiance.



Où trouver plus de renseignements

Le fournisseur de soins de santé de votre enfant ou le service de santé publique local peuvent vous fournir des renseignements supplémentaires sur les vaccins.

Voici quelques sites Web auxquels vous pouvez faire confiance pour obtenir des renseignements sur la vaccination :

Gouvernement du Canada
Canada.ca/vaccins

La Société canadienne de pédiatrie
soinsdenosenfants.cps.ca

La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada
sogc.org/fr

Immunisation Canada
immunize.ca/fr

Il existe d'autres ressources gratuites sur les vaccins, notamment d'autres guides sur les vaccins :

Un guide de vaccination pour les adultes
Canada.ca/guide-vaccination-adultes

Un guide de vaccination pour les ados
Canada.ca/guide-vaccination-ados



Canada.ca/vaccins

Scannez le code QR pour accéder à des formats alternatifs de ce guide ou pour en commander des copies.

