

# LA GRIPPE ET LES PERSONNES DIABÉTIQUES

## VULNÉRABILITÉ ACCRUE DES PERSONNES DIABÉTIQUES

La grippe saisonnière est une maladie contagieuse causée par le virus de l'influenza. Les personnes atteintes de diabète (type 1 et type 2) sont davantage à risque de complications graves (hospitalisation et décès), et ce, même lorsque le diabète est bien contrôlé par la médication.

La vulnérabilité s'explique par :

- Un système immunitaire affaibli qui combat plus difficilement le virus
- Une élévation du taux de sucre dans le sang consécutive à l'infection
- Une variation imprévisible du taux de sucre dans le sang résultant d'une diminution des apports alimentaires pendant l'infection

## SYMPTÔMES DE LA GRIPPE

- Fièvre, parfois absente, en particulier chez les personnes âgées
- Douleurs musculaires ou articulaires
- Toux
- Mal de tête
- Mal de gorge
- Nausées et vomissements, surtout chez les enfants
- Fatigue importante

Les personnes ayant le diabète peuvent voir leur état de santé se détériorer rapidement.

## COMPLICATIONS DE LA GRIPPE

Pneumonie, bronchite, sinusite et otite comptent parmi les complications les plus fréquentes de la grippe, mais certaines personnes développeront des complications plus graves et parfois fatales.

## PRÉVENTION DE LA GRIPPE

La meilleure façon de prévenir la grippe est de recevoir le vaccin tous les ans. De bonnes habitudes de vie comme se laver régulièrement les mains et se couvrir la bouche lors de toux peuvent aider à limiter la propagation du virus de l'influenza et des autres virus respiratoires.

## LA VACCINATION, LA MEILLEURE PROTECTION CONTRE LA GRIPPE

**Toutes les personnes atteintes de diabète de type 1 ou de type 2 qui sont âgées de 6 mois ou plus devraient recevoir le vaccin contre la grippe.** Les données appuient fortement l'effet préventif de la vaccination chez les diabétiques et leur entourage. **Le vaccin contre la grippe devrait faire partie du plan de traitement de base de tous les diabétiques.**

Informez-vous auprès de  
**votre professionnel**  
de la santé

Centre intégré  
de santé et de services  
sociaux de Chaudière-  
Appalaches

Québec 