



MARS 2024

# INTRODUCTION AUX VACCINS



**NCIM** NATIONAL COUNCIL of  
INDIGENOUS MIDWIVES



**CAM ACSF**  
Midwives for everyone, everywhere  
Des sages-femmes pour tous, partout



## REMERCIEMENTS

Ce projet a été appuyé par le Fonds de partenariat d'immunisation de l'Agence de la santé publique du Canada. Les opinions exprimées dans le présent document ne reflètent pas nécessairement celles de l'Agence de la santé publique du Canada.

*Contribution financière :*



Agence de la santé  
publique du Canada

Public Health  
Agency of Canada

## AVIS

L'Association canadienne des sages-femmes (ACSF) et le National Council of Indigenous Midwives (NCIM) proposent cette liste de ressources d'information accessible au public. L'ACSF et le NCIM n'ont pas vérifié les preuves sur lesquelles repose l'information contenue dans ces ressources et ne cautionnent aucune source.



# CONTENU

REMERCIEMENTS .....	1
LE SYSTÈME IMMUNITAIRE .....	2
COMPRENDRE LES VACCINS .....	3
Qu'est-ce qu'un vaccin? .....	3
Comment les vaccins sont-ils administrés? .....	4
Où puis-je me faire vacciner? .....	5
Pourquoi est-il important de se faire vacciner? .....	6
Sécurité des vaccins.....	7
Qu'est-ce qu'une maladie infectieuse? .....	9
Maladies évitées par les vaccins usuels.....	9
Vaccination pendant la grossesse <sup>7</sup> .....	11
Contre-indications et précautions.....	13
Ingrédients des vaccins.....	14
Effets secondaires suivant l'immunisation .....	15
Tenue du carnet de vaccination .....	15
Vaccination des nouveau-nés et des enfants .....	16
LES MALADIES INFECTIEUSES ET L'HISTOIRE DES AUTOCHTONES .....	17
CONNAÎTRE SES DROITS .....	19
Choix éclairé .....	19
Consentement éclairé .....	20
SYSTÈME IMMUNITAIRE ET BIEN-ÊTRE.....	21

# LE SYSTÈME IMMUNITAIRE

Notre corps nous aide à rester en santé. Notre système immunitaire défend notre corps contre les maladies. Les maladies infectieuses sont causées par des microbes, comme des bactéries et des virus, et peuvent se transmettre d'une personne à une autre.

Notre système immunitaire envoie des globules blancs pour trouver les cellules malades et produire des anticorps contre la maladie. Deux types d'anticorps sont produits. Le premier type combat la maladie, et le second crée des cellules mémoires qui continuent à circuler dans notre corps et reconnaîtront la maladie. Si la maladie envahit à nouveau notre corps, notre système immunitaire saura la reconnaître et l'éliminer plus rapidement.

Il existe trois types d'immunité :

- 1. Innée ou naturelle :** À la naissance, notre corps possède des propriétés pour nous défendre, comme la peau. Il possède aussi des cellules immunitaires qui reconnaissent les corps étrangers et réagissent immédiatement, mais qui ne produisent pas d'anticorps.
- 2. Active :** Une immunité qui s'acquiert tout au long de notre vie au fur et à mesure de notre exposition directe à des maladies ou par la vaccination. Ces cellules se développent et produisent des anticorps.
- 3. Passive :** Une immunité qui est en quelque sorte empruntée et de courte durée; par exemple, les anticorps dans le lait maternel donnent au bébé une immunité temporaire contre les maladies que le parent a eues.

## COMPRENDRE LES VACCINS

### Qu'est-ce qu'un vaccin?

Les vaccins collaborent avec le système de défense de notre organisme, le système immunitaire, pour créer une immunité contre les maladies tout en évitant les risques associés au fait de contracter les maladies elles-mêmes.

Les vaccins aident notre corps en introduisant des parties sûres des microbes (bactéries ou virus) que l'on appelle des antigènes<sup>1</sup>. Ils permettent à notre système immunitaire d'apprendre à lutter contre ces microbes. Les cellules de notre système immunitaire perçoivent l'antigène comme une substance étrangère. Ainsi, si on rencontre le vrai microbe plus tard, notre système immunitaire sera prêt à nous empêcher d'attraper la maladie et nous évitera d'être très malades même si on l'attrape.

Il existe deux grands types de vaccins :

- Les vaccins vivants atténués contiennent des microbes vivants affaiblis et sont les plus susceptibles de créer une immunité qui durera toute la vie.
- Les vaccins inactivés contiennent des microbes morts ou une partie d'un microbe. Normalement, l'immunité qu'ils créent ne dure pas toute la vie, donc des vaccins de rappel sont nécessaires.

---

<sup>1</sup> Immunisation Canada. Qu'est-ce que la vaccination? Accessible à : <https://immunize.ca/fr/quest-ce-que-la-vaccination>

Les vaccins contiennent des traces de certains autres ingrédients (qu'on appelle aussi composants). Certains de ces ingrédients servent à accroître l'efficacité du vaccin, tandis que d'autres aident à assurer sa stabilité pendant le transport et l'entreposage. Les vaccins en flacons multidoses ont besoin d'un agent de conservation pour empêcher que les microbes se développent une fois la première dose utilisée.

Le thimérosal n'est plus utilisé au Canada comme agent de conservation dans les vaccins usuels pour les enfants, à l'exception des vaccins contre la grippe en flacons multidoses, qui sont considérés comme sûrs pendant la grossesse et l'allaitement<sup>2</sup>.

Théoriquement, les microbes vivants contenus dans les vaccins administrés pendant la grossesse peuvent traverser le placenta et infecter le fœtus. Comme nous ne disposons d'aucune preuve à ce sujet, par précaution, les vaccins vivants ne sont pas recommandés pendant la grossesse. Si une personne reçoit un vaccin vivant pendant la grossesse, ce n'est toutefois pas considéré comme une raison de l'interrompre. Pendant l'allaitement, tous les types de vaccins sont jugés sécuritaires.

## Comment les vaccins sont-ils administrés?

La plupart des vaccins sont administrés par injection, mais certains le sont par voie orale ou par vaporisation dans le nez.



---

<sup>2</sup> Agence de la santé publique du Canada. Immunisation durant la grossesse et l'allaitement : Guide canadien d'immunisation. Accessible à : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-canadien-immunisation-partie-3-vaccination-populations-particulieres/page-4-immunisation-durant-grossesse-allaitement.html>



## Où puis-je me faire vacciner?

Les services de vaccination varient selon les provinces et les territoires. Votre sage-femme ou un-e autre professionnel-le de la santé peuvent vous aider à trouver un endroit où se faire vacciner.

Des vaccins gratuits sont disponibles auprès des services de santé publique (aussi appelés cliniques de santé publique, centres de santé communautaire et CLSC au Québec), des services de santé des écoles, collèges et universités, des pharmacies et de certains cabinets de médecins, d'infirmier-ère-s praticien-ne-s et de sages-femmes. Il n'est pas nécessaire d'avoir un-e médecin de famille pour se faire vacciner.

Pour la population autochtone, l'endroit où se faire vacciner, les coûts et la façon d'assurer le suivi de ses vaccins varient en fonction du lieu de résidence. Dans de nombreuses communautés autochtones, éloignées ou nordiques, c'est généralement l'infirmier-ère de santé communautaire qui administre les vaccins.

Les vaccins contre la COVID-19 et la grippe (influenza) sont habituellement offerts de novembre à mars.

Pour trouver une clinique de vaccination à l'aide de votre code postal : [vaccines411.ca](https://vaccines411.ca)

Si vous n'êtes pas couvert-e par un régime d'assurance maladie provincial, territorial ou fédéral, communiquez avec l'autorité locale de santé publique pour obtenir des informations sur les vaccins. Cliquez ici pour une liste des [autorités locales de santé publique](#).



## Pourquoi est-il important de se faire vacciner?

La vaccination a apporté énormément à la santé humaine. Les vaccins permettent actuellement d'éviter entre 3,5 et 5 millions de décès chaque année dans le monde, dus à des maladies telles que la diphtérie, le tétanos, la coqueluche, la grippe et la rougeole<sup>3</sup>.

Lorsque vous recevez un vaccin, ce dernier aide votre corps à devenir plus fort contre les infections. Vous risquez donc moins de tomber malade et vous ne transmettez pas la maladie à d'autres personnes. Certains vaccins vous protègent pendant quelques années, tandis que d'autres vous protègent toute votre vie.

Si davantage de personnes de votre collectivité se font vacciner, les risques de tomber malade seront réduits pour ceux et celles qui ne peuvent pas le faire, comme les personnes malades, les bébés ou les personnes qui n'ont reçu qu'un vaccin partiel.

En vous faisant vacciner, non seulement vous vous protégez vous-même, mais vous contribuez aussi à rendre votre collectivité plus sûre. C'est ce qu'on appelle communément « l'immunité collective ». Pour les maladies vraiment contagieuses comme la rougeole, un grand nombre de personnes, soit environ 95 %, doivent se faire vacciner pour que tout le monde soit en sécurité<sup>4</sup>.

---

<sup>3</sup> OMS. Vaccins et immunisation. Accessible à : <https://www.who.int/fr/health-topics/vaccines-and-immunization>

<sup>4</sup> Agence de la santé publique du Canada. Les couvertures vaccinales au Canada. Accessible à : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/immunisation-vaccins/couvertures-vaccinales.html>



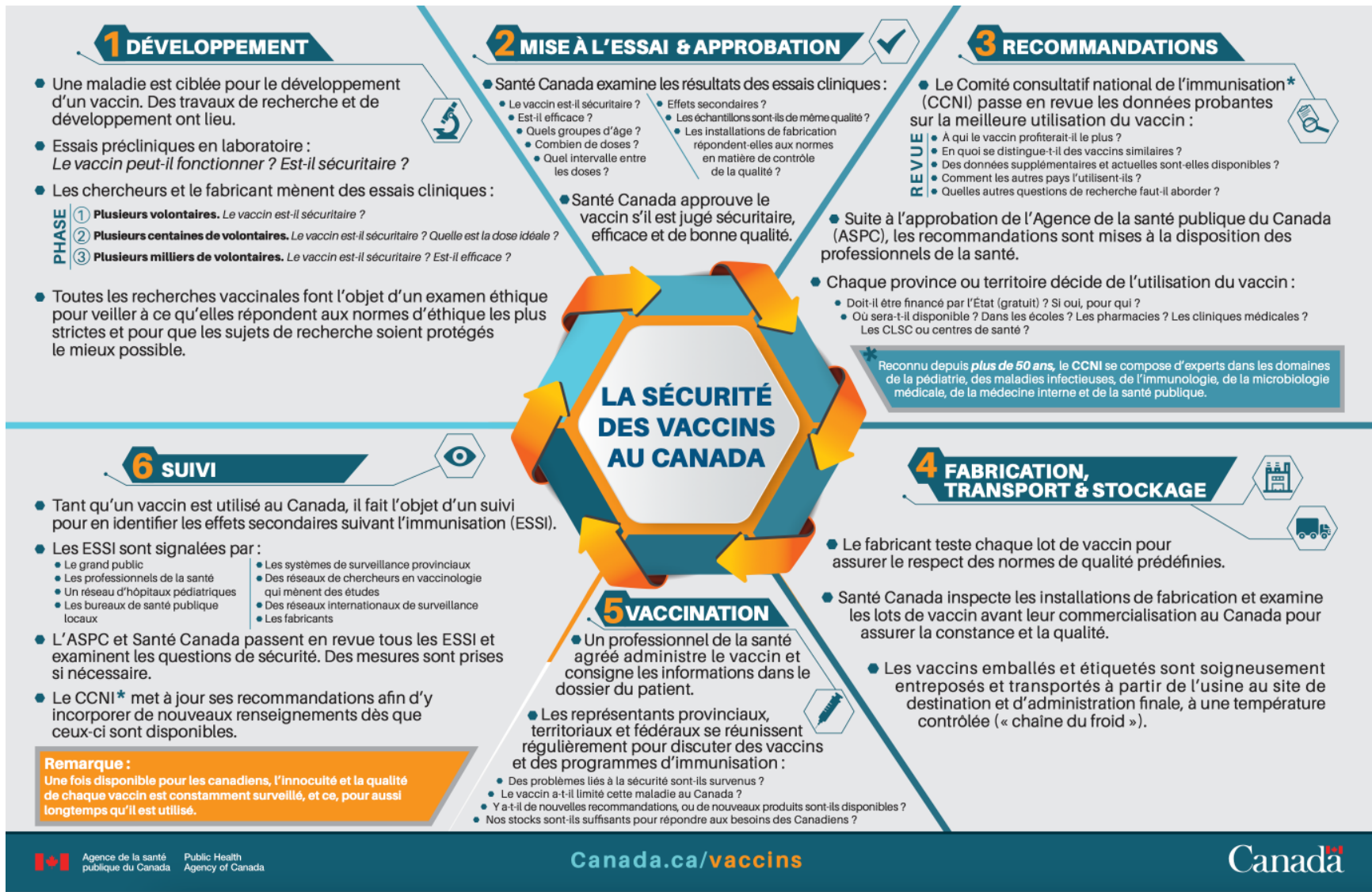


## Sécurité des vaccins<sup>5</sup>

Avant d'approuver un vaccin, Santé Canada examine son efficacité et sa sécurité. Une fois le vaccin approuvé, Santé Canada continue de surveiller sa sécurité et son efficacité. Parfois, après s'être fait vacciner, on peut ressentir des effets secondaires comme de l'irritabilité, une légère fièvre, de la somnolence ou une douleur au site d'injection. Ces effets secondaires peuvent durer entre 1 et 3 jours, et la plupart des enfants tolèrent bien les vaccins.

---

<sup>5</sup> Agence de la santé publique du Canada. Un guide de vaccination à l'intention des parents. Accessible à : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-vaccination-intention-parents.html>





## Qu'est-ce qu'une maladie infectieuse?

Les maladies infectieuses sont causées par l'entrée de microbes, comme les virus, dans notre corps. Les microbes peuvent vivre sur des surfaces telles que les poignées de porte et les dessus de table. La plupart des gens tombent malades en se touchant les yeux, le nez ou la bouche après avoir touché une surface sur laquelle se trouvent des microbes. Se laver les mains est le meilleur moyen de réduire le risque de tomber malade.

## Maladies évitées par les vaccins usuels<sup>6</sup>

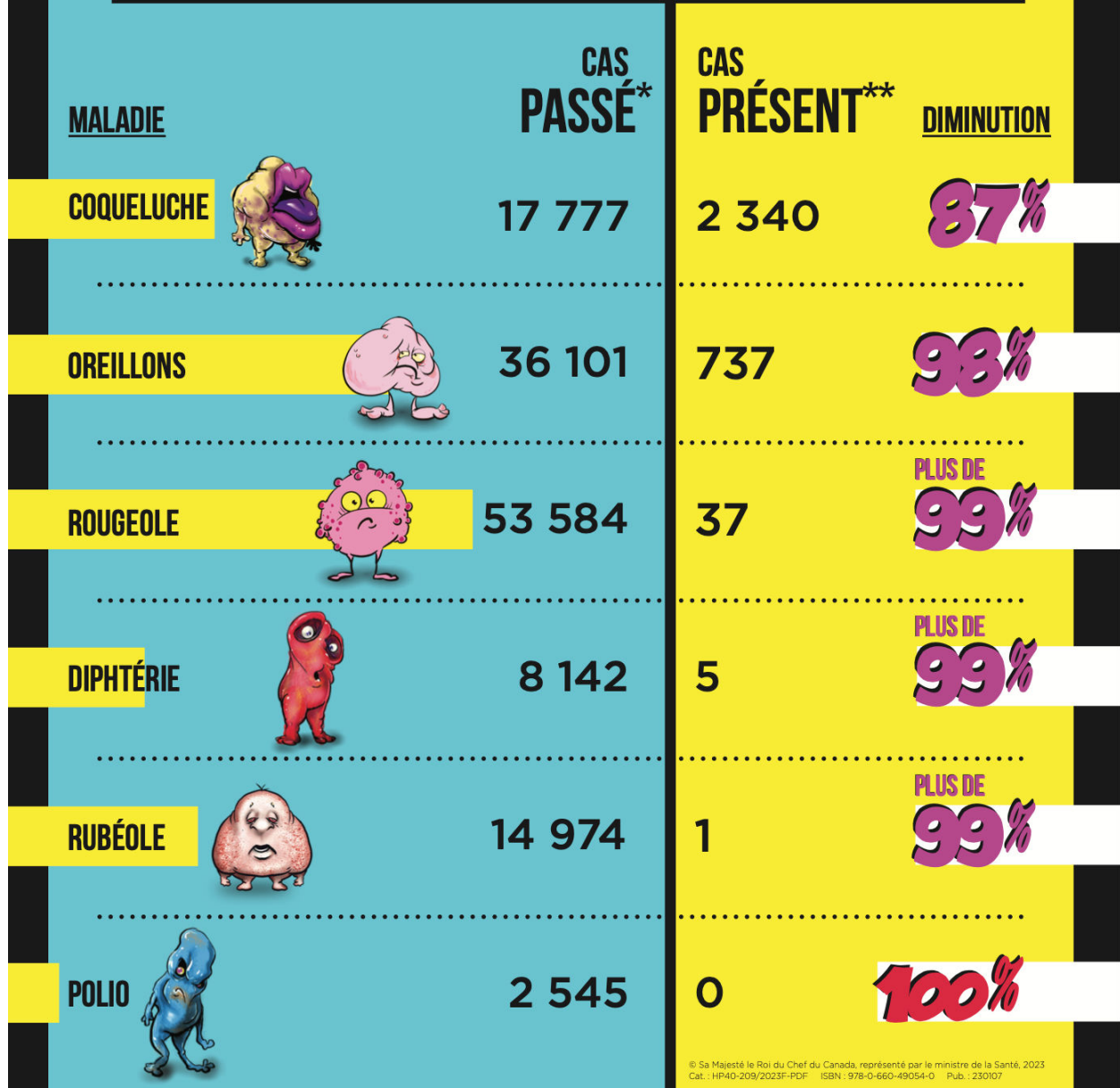
Les maladies infectieuses et les vaccins usuels les plus souvent mentionnés pendant la grossesse, la période postnatale, la période néonatale et l'enfance sont les suivants :

- La varicelle : [Canada.ca/varicelle](https://canada.ca/varicelle)
- La COVID-19 : [Canada.ca/covid-19](https://canada.ca/covid-19)
- La diphtérie : [Canada.ca/diphtherie](https://canada.ca/diphtherie)
- La grippe (influenza) : [Canada.ca/grippe](https://canada.ca/grippe)
- L'hépatite B : [Canada.ca/hepatite-b](https://canada.ca/hepatite-b)
- Le Hib (*haemophilus influenzae* type b) : [Canada.ca/haemophilus](https://canada.ca/haemophilus)
- Le VPH (virus du papillome humain) – offert dans les cliniques en milieu scolaire : [Canada.ca/vph](https://canada.ca/vph)
- La rougeole : [Canada.ca/rougeole](https://canada.ca/rougeole)
- Le méningocoque : [Canada.ca/meningococcal](https://canada.ca/meningococcal)
- Les oreillons : [Canada.ca/oreillons](https://canada.ca/oreillons)
- Les pneumocoques : [Canada.ca/pneumococcal](https://canada.ca/pneumococcal)
- La polio (poliomyélite) : [Canada.ca/polio](https://canada.ca/polio)
- Le rotavirus : [Canada.ca/rotavirus](https://canada.ca/rotavirus)
- La rubéole : [Canada.ca/rubeole](https://canada.ca/rubeole)
- Le tétanos : [Canada.ca/tetanos](https://canada.ca/tetanos)
- La coqueluche (toux coquelucheuse) : [Canada.ca/coqueluche](https://canada.ca/coqueluche)

---

<sup>6</sup> Agence de la santé publique du Canada. Un guide de vaccination à l'intention des parents. Accessible à : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-vaccination-intention-parents.html>

# LES VACCINS FONCTIONNENT



© Sa Majesté le Roi du Chef du Canada, représenté par le ministre de la Santé, 2023  
 Cat.: HP40-209/2023F-PDF ISBN : 978-0-660-49054-0 Pub.: 230107

\* Nombre moyen de cas déclarés chaque année au Canada pendant les cinq années précédant l'offre de vaccination de routine ou les cinq années les plus proches d'une période de déclaration stable.

\*\* Nombre moyen de cas déclarés chaque année au Canada de 2016 à 2020.

Certaines données sont sujettes à changement à mesure que les déclarations sont mises à jour. Pour obtenir de plus amples renseignements sur les sources de données et les méthodes, visitez le site [Canada.ca/vaccins](https://Canada.ca/vaccins).



## Vaccination pendant la grossesse<sup>7</sup>

L'Agence de la santé publique du Canada indique que « les vaccins non-vivants sont généralement sans danger pendant la grossesse<sup>7</sup> ». Les vaccins non-vivants suivants sont recommandés à toutes les personnes enceintes :

- Vaccin antigrippal non-vivant<sup>8</sup>
  - L'influenza, aussi appelée la grippe, est un virus saisonnier.
  - Toutes les personnes enceintes, peu importe le stade de la grossesse, devraient recevoir le vaccin antigrippal non-vivant au cours de chaque grossesse.
- Vaccin contre la coqueluche (dcaT) (administré comme anatoxine diphtérique, anatoxine tétanique, vaccin acellulaire contre la coqueluche)
  - La coqueluche, ou toux coquelucheuse, est une maladie qui se propage facilement et affecte les poumons et les voies respiratoires. Elle est causée par une bactérie nommée *Bordetella pertussis*<sup>9</sup>. Cette maladie peut se manifester toute l'année partout dans le monde.
  - Le vaccin devrait idéalement être administré entre 27 et 32 semaines de grossesse, à chaque grossesse.
  - L'immunisation entre 13 et 26 semaines de grossesse peut être envisagée dans les situations où il existe un risque accru d'accouchement prématuré.

---

<sup>7</sup> Agence de la santé publique du Canada. Immunisation durant la grossesse et l'allaitement : Guide canadien d'immunisation. Accessible à : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-canadien-immunisation-partie-3-vaccination-populations-particulieres/page-4-immunisation-durant-grossesse-allaitement.html>

<sup>8</sup> Agence de la santé publique du Canada. Vaccination et grossesse. Accessible à : <https://www.canada.ca/content/dam/phac-aspc/documents/services/publications/vaccines-immunization/vaccination-grossesse-fiche-renseignement.pdf>

<sup>9</sup> Agence de la santé publique du Canada. La coqueluche (toux coquelucheuse). Accessible à : [https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/immunisation/maladies-pouvant-etre-prevenues-vaccination/coqueluche-toux-coquelucheuse.html?utm\\_campaign=not-applicable&utm\\_medium=vanity-url&utm\\_source=canada-ca\\_coqueluche](https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/immunisation/maladies-pouvant-etre-prevenues-vaccination/coqueluche-toux-coquelucheuse.html?utm_campaign=not-applicable&utm_medium=vanity-url&utm_source=canada-ca_coqueluche)



- Vaccin contre l'hépatite B (HB)
  - Une infection HB aiguë chez une personne enceinte peut entraîner une maladie grave et une infection chronique chez le nouveau-né<sup>5</sup>.
  - Toutes les personnes enceintes devraient subir un test de dépistage de l'antigène de surface de l'hépatite B (AgHBs) (à moins qu'on sache déjà qu'elles sont immunisées contre le virus de l'hépatite B ou porteuses du virus) à chaque grossesse, de sorte que le nouveau-né puisse recevoir une prophylaxie HB, s'il y a lieu<sup>7</sup>.

De plus, si une personne enceinte ne présente pas de marqueurs d'infection de l'HB, mais est exposée à un risque de contraction de l'HB, il faudrait lui offrir la vaccination contre l'HB pendant la grossesse. Ce vaccin est jugé sécuritaire<sup>10</sup>.

La Société des obstétriciens et gynécologues du Canada (SOGC) recommande le vaccin contre la COVID-19 à tout moment de la grossesse et pour les personnes qui allaitent<sup>11</sup>.

---

<sup>10</sup> Agence de la santé publique du Canada. Immunisation durant la grossesse et l'allaitement : Guide canadien d'immunisation. Accessible à : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-canadien-immunisation-partie-3-vaccination-populations-particulieres/page-4-immunisation-durant-grossesse-allaitement.html#p3c3t1>

<sup>11</sup> Société des obstétriciens et gynécologues du Canada. Déclaration de la SOGC sur la vaccination contre la COVID-19 pendant la grossesse. Accessible à : [https://www.sogc.org/common/Uploaded%20files/Latest%20News/FR\\_SOGC\\_Statement\\_COVID\\_19\\_Vaccination\\_in\\_Pregnancy.pdf](https://www.sogc.org/common/Uploaded%20files/Latest%20News/FR_SOGC_Statement_COVID_19_Vaccination_in_Pregnancy.pdf)



## Contre-indications et précautions<sup>12</sup>

Parfois, il n'est pas possible d'administrer les vaccins ou il faut les retarder en raison de contre-indications et de précautions. Certaines personnes peuvent également hésiter à se faire vacciner ou refuser la vaccination en raison d'inquiétudes.

Il est crucial que les professionnel-le-s qui administrent les vaccins sachent reconnaître les situations où un vaccin ne doit pas être administré (contre-indications) et puissent les distinguer des affections susceptibles d'augmenter le risque de réaction (précautions), et sollicitent un avis d'expert en cas de besoin.

Une contre-indication signifie que le risque lié à l'utilisation d'un vaccin l'emporte sur tout bénéfice potentiel.

Une précaution est une mesure prise lorsqu'une affection pourrait accroître le risque de réaction indésirable ou affecter la capacité du vaccin à fournir une immunité. En général, on reporte la vaccination lorsque des précautions doivent être prises. Toutefois, dans certains cas, les avantages du vaccin peuvent l'emporter sur les risques potentiels.

Les contre-indications et les précautions dépendent des expériences de vaccinations de la personne, des allergies, de l'état de santé actuel (p. ex. grossesse) et de la présence de contacts étroits qui pourraient être affectés. Certaines contre-indications et précautions dépendent du type de vaccin – vivant ou non-vivant.

---

<sup>12</sup> Agence de la santé publique du Canada. Contre-indications et précautions. Accessible à : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-canadien-immunisation-partie-2-innocuite-vaccins/page-3-contre-indications-precautions-prendre-preoccupations.html>



Avant chaque dose, les professionnel·le·s qui administrent les vaccins poseront des questions sur les vaccins reçus, les allergies, l'état de santé actuel et les maladies chroniques afin de déterminer les contre-indications et les précautions à prendre.

## Ingrédients des vaccins

Les ingrédients des vaccins sont essentiels, et ils sont sécuritaires dans les quantités utilisées. Chaque ingrédient a son rôle à jouer dans la création du vaccin ou pour garantir sa sécurité et son efficacité.

Il n'a pas été démontré que ces ingrédients étaient nocifs, à l'exception de rares réactions allergiques chez des personnes sensibles à des ingrédients précis. Votre sage-femme vous demandera si vous avez des allergies connues ou si vous avez déjà réagi à des vaccins, et évaluera si un vaccin pourrait ne pas être sécuritaire pour vous avant de l'administrer.

La [partie 1 du Guide canadien d'immunisation](#) de l'Agence de la santé publique du Canada donne la liste des ingrédients des vaccins administrés au pays.





## Effets secondaires suivant l'immunisation<sup>13</sup>

Un effet secondaire suivant l'immunisation (ESSI) est un effet indésirable ou inattendu sur la santé après l'administration d'un vaccin et qui peut, ou non, être causé par la vaccination. Les réactions prévisibles comprennent des symptômes légers tels que la fièvre et une rougeur, une enflure et une sensibilité au site d'injection. Un ESSI inattendu est un ESSI qui n'a jamais été signalé auparavant ou répertorié par le fabricant. Un ESSI grave peut mettre la vie en danger ou entraîner une hospitalisation, une invalidité permanente ou la mort. Ceux-ci sont extrêmement rares<sup>14</sup>.

Les professionnel-le-s de la santé signalent aux autorités sanitaires locales de leur province ou territoire tout ESSI grave ou inattendu survenu après la vaccination.

## Tenue du carnet de vaccination

Il appartient à chaque personne (ou à son tuteur) d'assurer le suivi des vaccins reçus. La plupart du temps, on vous remettra un carnet papier (ou vous pouvez le demander) pour vous aider à les noter. L'application canadienne [CANImmunize](#) peut aussi vous aider à faire le suivi de vos vaccins.

Les professionnel-le-s de la santé ne communiquent pas nécessairement entre eux les informations relatives à vos vaccins. De plus, ils ont besoin de votre autorisation chaque fois qu'ils veulent communiquer vos renseignements médicaux. Si vous avez différents prestataires de soins ou si vous changez de prestataire, vous devriez les informer de vos antécédents vaccinaux.

---

<sup>13</sup> Société canadienne de pédiatrie. La sécurité des vaccins : Le système canadien. Accessible à : [https://soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/immunization/vaccine\\_safety](https://soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/immunization/vaccine_safety)

<sup>14</sup> Santé Canada. Sécurité des vaccins et effets secondaires possibles liés à la vaccination. Accessible à : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/vaccinations-pour-enfants/securete-craintes-effets-secondaires.html>



Certaines sages-femmes peuvent vous administrer des vaccins. Vos sages-femmes inscriront le type de vaccin et son numéro de lot, comme un code barre, ainsi que la date à laquelle vous l'avez reçu. Avant que votre suivi avec votre sage-femme ne prenne fin, veillez à ce que ces informations soient communiqués avec le ou la professionnel·le qui vous verra ensuite, vous et votre bébé (médecin de famille, infirmier·ère praticien·ne, pédiatre, infirmier·ère en santé communautaire). Les provinces et territoires ne se communiquent pas les données relatives à la vaccination si vous recevez un vaccin antigrippal ou dcaT pendant la grossesse.

## Vaccination des nouveau-nés et des enfants

Les vaccins usuels recommandés pour les nouveau-nés et les enfants sont généralement administrés peu après la fin de votre suivi sage-femme. Cependant, nous savons que plusieurs personnes souhaiteraient aborder ce sujet avec leur sage-femme qui peut répondre à vos questions et vous aider à trouver des réponses.



## Les maladies infectieuses et l'histoire des Autochtones

À partir de 1492, le contact avec les Européens a apporté de nouvelles maladies infectieuses, comme la variole, la grippe, la rougeole, la coqueluche, la tuberculose et des infections transmissibles sexuellement. On parle souvent de la période du 15<sup>e</sup> et du 16<sup>e</sup> siècle comme de la « Grande mort » (The Great Dying). Durant cette période, c'est jusqu'à 90 % de la population autochtone en Amérique qui est morte, soit environ 50 millions de personnes, principalement à cause de ces nouvelles maladies. N'ayant jamais connu ces maladies, les Autochtones ne possédaient pas les anticorps contre l'infection<sup>15</sup>. Malgré les progrès de la médecine occidentale, les Autochtones n'avaient pas accès aux mêmes soins de santé, notamment les vaccins.

Le manque d'accès à des soins médicaux de base a contribué aux taux plus élevés de maladies infectieuses et de mortalité chez les populations autochtones. Les maladies infectieuses et les problèmes de santé ont également été exploités par le pouvoir colonisateur pour assimiler délibérément les populations autochtones du Canada et tenter de les éradiquer. Par ailleurs, entre les années 1930 et 1980, dans les pensionnats, les enfants autochtones ont servi de cobayes pour des expériences nutritionnelles et chirurgicales. Dans les années 1930 et 1940, les Autochtones ont été durement touchés par la tuberculose, entre autres à cause de la malnutrition, des conditions atroces dans les pensionnats et du surpeuplement des réserves. Le taux de mortalité de l'époque est le plus élevé jamais enregistré chez les humains.

---

<sup>15</sup> Centre de collaboration nationale des maladies infectieuses. Vaccine hesitancy and First Nations, Inuit and Métis populations – Potential implications during COVID-19. Accessible à : <https://nccid.ca/webcast/vaccine-hesitancy-and-first-nations-inuit-and-metis-populations-during-covid-19/>



De nombreuses personnes tuberculeuses étaient placées dans des « hôpitaux indiens » à part, loin de chez elles. Dans ces établissements, elles ont subi des agressions physiques et sexuelles, ont été privées de nourriture et d'eau et ont servi de cobayes pour des expériences médicales contraires à l'éthique, dont pour la recherche sur des vaccins. En raison des expériences menées sur eux et des traumatismes qui en ont découlé, aujourd'hui, beaucoup d'Autochtones ne font pas confiance aux organismes de santé publique, au milieu médical et aux professionnel-le-s de la santé.



## CONNAÎTRE SES DROITS

Les vaccins ne sont pas obligatoires au Canada, c'est-à-dire que votre consentement est nécessaire pour qu'on vous administre un vaccin. En Colombie-Britannique, les enfants en âge d'aller à l'école doivent présenter un carnet de vaccination. Pour le moment, ce règlement ne s'applique pas aux élèves qui vont à l'école dans une communauté autochtone. Au Nouveau-Brunswick et en Ontario, une preuve de vaccination est exigée pour que les enfants et les adolescents puissent aller à l'école. Dans ces deux provinces, il est possible de faire une demande d'exemption pour des raisons médicales, de conscience ou de croyances religieuses.

### Choix éclairé

Les sages-femmes qui travaillent au Canada, y compris les sages-femmes autochtones, respectent le principe du choix éclairé. Cela signifie que la sage-femme a la responsabilité de fournir tous les renseignements disponibles à propos d'une intervention, d'un traitement ou d'un test : ce dont il s'agit, les bienfaits (en quoi cela peut aider), les risques (en quoi cela peut nuire), les implications pour les autres (l'incidence que cela peut avoir sur votre communauté), les données scientifiques actuelles, les traitements possibles, les normes collectives (ce qui est fait d'habitude) et les options qui s'offrent à vous. C'est la clientèle qui prend la décision finale, en collaboration avec la sage-femme. Faire un choix éclairé, c'est aussi poser des questions, réfléchir, demander conseil à des proches de confiance, des guérisseur-euse-s et des Aîné-e-s, et prendre une décision finale en collaboration avec votre sage-femme.



## Consentement éclairé

La *Charte canadienne des droits et libertés* mentionne que « chacun a droit à la vie, à la liberté et à la sécurité de sa personne; il ne peut être porté atteinte à ce droit qu'en conformité avec les principes de justice fondamentale<sup>16</sup> ». En d'autres mots, vous avez le droit de connaître les risques associés à une intervention médicale, comme un vaccin, et vous avez le droit de la refuser. Le consentement éclairé est encadré par des balises juridiques dans chaque province et territoire.

La vaccination est offerte dans le cadre des soins de grossesse et des soins postnataux et néonataux. Cette intervention a pour but de vous aider ou d'aider votre bébé. Elle présente des avantages et des risques et nécessite votre consentement éclairé. Vous pouvez faire un choix éclairé sur les vaccins disponibles en discutant avec votre sage-femme.

Si un-e professionnel-le de la santé refuse de vous prendre en charge parce que vous avez refusé un vaccin, vous pouvez présenter une plainte à l'ordre professionnel de sa province ou de son territoire pour obtenir de l'aide.

---

<sup>16</sup> Gouvernement du Canada. *Charte canadienne des droits et libertés*. Article 7 – Droit à la vie, à la liberté et la sécurité de la personne. Accessible à : <https://www.justice.gc.ca/fra/sjc-csj/dlc-rfc/ccdl-ccrf/check/art7.html>



## Systeme immunitaire et bien-être

Un système immunitaire fort vous aide à faire face aux maladies infectieuses. Quelques moyens de renforcer votre système immunitaire naturel :

- Manger sainement lorsque possible.
- Envisager la prise de suppléments de vitamines si votre alimentation ne vous permet pas d'obtenir les nutriments adéquats et si votre professionnel-le de la santé vous le recommande.
- Avoir un mode de vie actif, faire de l'exercice régulièrement et conserver un poids santé.
- Gérer son stress et entretenir sa santé mentale. Notre santé mentale affecte notre façon de penser, de ressentir les choses et d'agir.
- Nourrir son esprit.

Avant la colonisation, la santé de beaucoup d'Autochtones était protégée par un mode de vie actif, un sentiment d'appartenance, les lois coutumières, la langue et la cohésion de la famille et de la communauté. Les aliments traditionnels, les plantes médicinales, les cérémonies, les Aîné-e-s et les guérisseur-euse-s et le rapport avec le territoire sont tous des facteurs qui ont contribué à leur santé et à leur bien-être.

Beaucoup de communautés autochtones travaillent à se réapproprier ces protections. Nous vous proposons ci-dessous des conseils et des outils dont certaines communautés se servent pour favoriser leur santé et leur bien-être.

La santé publique, c'est la santé de la population dans son ensemble. Les mesures de santé publique, telles que l'accès à de l'eau potable et à la vaccination, améliorent votre qualité et votre espérance de vie. Les gouvernements jouent un rôle essentiel dans le maintien de la santé. Au



Canada, ce sont les organismes de santé publique nationaux, provinciaux, territoriaux et municipaux qui sont chargés de mettre en œuvre des mesures de santé publique.

Au Canada, les services de santé pour les Autochtones reposent sur un ensemble complexe de politiques, de lois et d'accords qui attribuent la responsabilité au fédéral et aux gouvernements provinciaux, municipaux et autochtones de différentes manières selon les régions du pays. Pour la plupart des Autochtones vivant hors réserve, inscrits ou non inscrits, les services de santé publique sont financés par le programme d'assurance maladie national et administrés par le gouvernement provincial ou territorial. Pour les communautés dans les réserves, le gouvernement fédéral finance et administre les services de santé publique par l'intermédiaire de Services aux Autochtones Canada (SAC). Certaines communautés ont négocié le transfert de différents niveaux de responsabilité en matière de soins vers la communauté ou le conseil.

Beaucoup d'Autochtones ont un accès insuffisant aux services de santé publique. Certains facteurs peuvent aussi avoir un impact négatif sur la santé, comme le manque d'accès à l'eau potable. Les Autochtones sont donc plus susceptibles de souffrir de complications plus graves et de mourir de maladies infectieuses que les non-Autochtones.

Les déterminants sociaux de la santé, comme le racisme et la discrimination, le stress chronique, l'accès aux soins de santé, à l'éducation, au logement, à un cadre de vie propre ou à un bon revenu, sont tous des facteurs qui ont aussi une incidence sur l'état de santé. Les personnes autochtones, noires et racisées vivent dans un contexte social qui pose plus de problèmes pour la santé que celui dans lequel vivent les autres personnes au Canada. Par exemple, les personnes autochtones, noires et racisées sont plus souvent et plus gravement malades que le reste de la population canadienne.





Les Autochtones sont également plus susceptibles de contracter une maladie infectieuse, de souffrir de complications plus nombreuses et plus graves et de mourir de maladies infectieuses que les non-Autochtones. Par exemple, bien que le risque général de développer une tuberculose active soit très faible, le taux de tuberculose dans l'Inuit Nunangat est plus de 300 fois supérieur à celui de la population non autochtone vivant au Canada<sup>17</sup>. Le taux de tuberculose chez les Premières Nations vivant dans les réserves est plus de 40 fois supérieur à celui de la population non autochtone vivant au Canada<sup>12</sup>.

---

<sup>17</sup> Services aux Autochtones Canada. La tuberculose dans les communautés autochtones. Accessible à : <https://www.sac-isc.gc.ca/fra/1570132922208/1570132959826>