

LE GUIDE

CALENDRIER VACCINAL

DES ADOLESCENTS

ET DES ADULTES

MIS À JOUR EN FÉVRIER 2008



SOMMAIRE

LA VACCINATION :	
LE POINT SUR LES CONNAISSANCES ACTUELLES	3-7
LES MALADIES : POURQUOI, COMMENT, QUAND SE FAIRE VACCINER	
CALENDRIER DES VACCINATIONS ET RAPPELS	8
TUBERCULOSE	9
DIPHTÉRIE -TÉTANOS - COQUELUCHE - POLIOMYÉLITE	10-11
ROUGEOLE - OREILLONS - RUBÉOLE	12-13
HÉPATITE B	14
HPV (INFECTIONS À PAPILLOMAVIRUS)	15
GRIPPE	16
LES VACCINS DU VOYAGEUR	17-18
LES INFORMATIONS PRATIQUES	19

LA VACCINATION :

LE POINT SUR LES CONNAISSANCES ACTUELLES

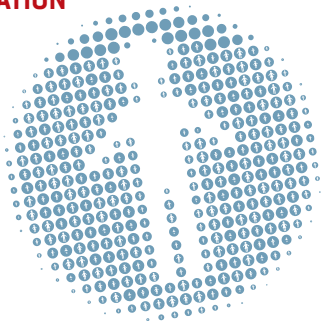
Depuis plus d'un siècle, la politique vaccinale a permis de réduire considérablement le nombre de malades et de décès dus aux maladies infectieuses.

Si la plupart de ces maladies sont devenues plus rares, **les microbes qui en sont responsables circulent toujours, en France ou dans le monde.**

C'est pourquoi certaines vaccinations restent indispensables, pour se protéger individuellement et dans certains cas collectivement.

On l'oublie parfois, pour être efficaces, la plupart des vaccins exigent des rappels réguliers, même à l'âge adulte.

**CE GUIDE VOUS PERMET DE FAIRE LE POINT
SUR LA VACCINATION
ET LE CARNET DE VACCINATION
VOUS AIDERA
À NE PAS OUBLIER
VOS RAPPELS.**



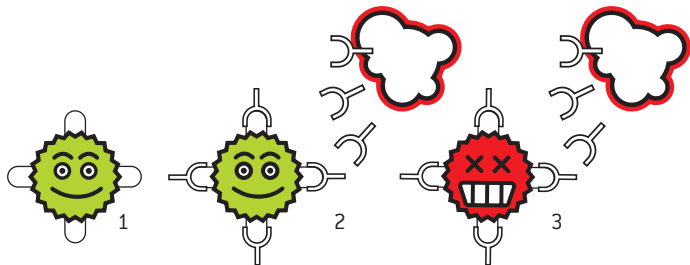
LA VACCINATION, UNE PROTECTION EFFICACE CONTRE LES MALADIES INFECTIEUSES

Tétanos, poliomyélite, diphtérie, coqueluche, rubéole, tuberculose, hépatite B, grippe, cancer du col de l'utérus...

Ces maladies peuvent être **dangereuses**, voire **mortelles dans certains cas**. Elles peuvent entraîner des complications graves et laisser de lourdes séquelles. Les progrès de la médecine ne doivent pas faire sous-estimer ces risques.

La vaccination est le plus souvent le seul moyen de garantir une protection efficace.

PETIT RAPPEL SUR LE MÉCANISME DE LA VACCINATION



1 - La plupart des vaccins sont préparés à partir d'un microbe rendu inactif, ou d'un germe (bactérie ou virus) vivant atténué, c'est-à-dire auquel on a fait perdre son pouvoir nuisible.

2 - Le vaccin provoque la formation d'anticorps dans l'organisme.

3 - Ces anticorps détruiront le microbe en cause si celui-ci entre en contact avec la personne vaccinée.

LA VACCINATION,

C'EST AUSSI POUR LES ADULTES

L'exercice de certaines professions, ou encore les voyages dans certains pays impliquent des vaccinations particulières.

Mais certains vaccins sont recommandés pour tous.

Et parce qu'ils ne garantissent pas toujours une protection durable, il est important d'effectuer des rappels, même à l'âge adulte.

[Voir le calendrier vaccinal page 8].

Avoir manqué un rappel ne signifie pas devoir reprendre la vaccination à zéro.

À tout moment, il est possible de mettre à jour ses vaccinations.

LA VACCINATION

COMPORTE-T-ELLE DES RISQUES ?

Certains vaccins peuvent provoquer des réactions le plus souvent limitées (douleur au point d'injection, fièvre, etc.). Les maladies contre lesquelles ils protègent peuvent avoir des conséquences beaucoup plus graves.

Il existe de très rares cas de contre-indication, que le médecin identifiera au moment de la visite.

QUESTIONS / RÉPONSES



CERTAINES MALADIES COMME LA DIPHTÉRIE OU LA POLIOMYÉLITE ONT DISPARU DU TERRITOIRE FRANÇAIS. ALORS POURQUOI CONTINUER À VACCINER ?

Les microbes ignorent les frontières.

L'éradication d'une maladie ne peut donc être que mondiale.

À ce jour, seule la variole a été éradiquée. C'est la raison pour laquelle la vaccination contre cette maladie est abandonnée en France depuis 1984.

CERTAINS VACCINS SONT OBLIGATOIRES, D'AUTRES RECOMMANDÉS. PEUT-ON CONCLURE QUE CERTAINS SONT PLUS IMPORTANTS QUE D'AUTRES ?

Non. Les vaccinations obligatoires (diphtérie depuis 1938, tétanos depuis 1940, poliomyélite depuis 1964) ont été décidées à une époque où le poids de ces maladies était très lourd et où il était d'usage de traiter les problèmes de santé publique par des lois. Les obligations concernent les enfants et certaines professions à risque. Depuis la fin des années 1960, avec l'évolution de la société, on a recours à des approches plus incitatives.



POURQUOI, ALORS QUE LA VACCINATION CONTRE LE TÉTANOS EST OBLIGATOIRE, COMPTE-T-ON ENCORE DES PERSONNES ATTEINTES, ET CHAQUE ANNÉE PLUSIEURS DÉCÈS ?

L'immunité d'une personne vaccinée contre le tétanos est d'environ dix ans. Des rappels sont donc nécessaires pour rester protégé. Or on estime que la moitié de la population adulte n'a pas fait de rappel et n'est pas protégée.

Ceci explique la persistance de cas de tétanos chez les personnes âgées.

LA VACCINATION AFFAIBLIT-ELLE LES DÉFENSES IMMUNITAIRES ?

Non, au contraire puisque la vaccination permet à notre organisme de générer des anticorps pour se défendre lorsqu'il rencontre le microbe.

Le mécanisme est en fait le même que lors d'une infection.

Mais avec la vaccination, la rencontre avec le microbe ne donne pas lieu à une maladie.

CALENDRIER GÉNÉRAL

ADOLESCENTS - ADULTES

11/13 ANS	DIPHTÉRIE, TÉTANOS, POLIOMYÉLITE, COQUELUCHE : RAPPEL
14 ANS	HPV POUR LES FILLES
16/18 ANS	DIPHTÉRIE, TÉTANOS, POLIOMYÉLITE : RAPPEL TOUS LES 10 ANS
18/28 ANS	COQUELUCHE ASSOCIÉE AU RAPPEL DIPHTÉRIE, TÉTANOS, POLIOMYÉLITE UNE SEULE FOIS
65 ANS ET PLUS	GRIPPE

CALENDRIER DE RATTRAPAGE

POUR LES PERSONNES NON ENCORE VACCINÉES

11/16 ANS	ROUGEOLE - OREILLONS - RUBÉOLE : DEUX DOSES
11/13 ANS	HÉPATITE B
APRÈS 13 ANS	HÉPATITE B SI FACTEUR DE RISQUE
15/23 ANS	HPV EN RATTRAPAGE POUR LES JEUNES FILLES ET JEUNES FEMMES AVANT DÉBUT DE LA VIE SEXUELLE
17/28 ANS	ROUGEOLE - OREILLONS - RUBÉOLE : UNE DOSE
PLUS DE 28 ANS À MOINS DE 45 ANS	RUBÉOLE POUR LES FEMMES NON VACCINÉES

LA TUBERCULOSE

Pourquoi s'en protéger ?

La tuberculose est une maladie infectieuse. Elle se transmet par les postillons d'un malade lors de la toux.

Elle atteint le plus souvent les poumons (toux, crachats de sang).

Elle provoque fatigue, amaigrissement, fièvre, sueurs. Si elle n'est pas soignée, elle peut être mortelle.

La vaccination BCG permet d'éviter les formes graves de tuberculose chez l'enfant, en particulier les méningites tuberculeuses.

La vaccination par le BCG est recommandée le plus tôt possible pour les nourrissons à risque élevé de tuberculose. Elle peut être proposée jusqu'à l'âge de 15 ans aux enfants non vaccinés à risque élevé de tuberculose.

DIPHTÉRIE - TÉTANOS - COQUELUCHE -

LA DIPHTÉRIE

La diphtérie se transmet par la toux et les éternuements.

Elle prend la forme d'une angine grave, qui peut **entraîner des complications cardiaques, rénales et neurologiques (paralysies), et provoquer la mort.**

La vaccination de toute la population évite la propagation d'un microbe importé de la diphtérie.

LE TÉTANOS

Le tétanos est causé par le bacille tétanique, qui vit généralement dans la terre. **Il peut s'introduire dans le corps par n'importe quelle blessure ou petite plaie banale.** Cette vaccination est particulièrement importante pour les personnes qui jardinent.

Le tétanos attaque le système nerveux et provoque des contractures généralisées du corps, très douloureuses. **Mortel une fois sur trois, le tétanos peut laisser de graves séquelles en cas de guérison.**

POUR SE PROTÉGER CONTRE CES QUATRE MALADIES :

Il existe des vaccins associés contre la diphtérie, le tétanos, la coqueluche et la poliomyélite.

POLIOMYÉLITE

LA COQUELUCHE

La coqueluche est une maladie respiratoire très contagieuse qui se transmet par les gouttelettes émises lors de la toux. **Chez les nourrissons, elle peut entraîner de graves complications comme des pneumonies, des convulsions et des encéphalites. Elle peut être mortelle.** Elle atteint aussi les adultes sous une forme moins grave mais très contagieuse pour les bébés.

LA POLIOMYÉLITE

La poliomyélite se transmet le plus souvent de façon inapparente par contact avec l'eau contaminée.

Dans sa forme la plus grave, **la poliomyélite provoque des paralysies** au niveau des bras, des jambes ou des muscles qui permettent la respiration.

Ces paralysies peuvent laisser des déformations le plus souvent définitives.

L'éradication de cette maladie progresse mais il reste encore des foyers de maladies dans le monde. C'est pourquoi elle pourrait réapparaître dans des groupes non vaccinés ou n'ayant pas effectué leurs rappels.

ROUGEOLE - OREILLONS - RUBÉOLE

LA ROUGEOLE

La rougeole est transmise par l'intermédiaire de gouttelettes salivaires ou respiratoires, par contact direct ou par voie aérienne.

C'est l'une des maladies infectieuses les plus contagieuses.

Elle peut entraîner des complications, en particulier chez les adolescents et les adultes : otites, broncho-pneumonies, encéphalites aiguës, atteintes neurologiques, etc.

LES OREILLONS

Cette infection virale très contagieuse est une inflammation des glandes salivaires. Elle se transmet par les postillons, la salive. Des épidémies peuvent survenir dans les collectivités (écoles, crèches, etc.).

Généralement bénigne, elle peut parfois entraîner des complications graves (surdités) chez les enfants et des complications ovariennes ou testiculaires chez les adultes.

LA RUBÉOLE

Cette infection virale se transmet par voie aérienne respiratoire.

En général bénigne, elle passe souvent inaperçue.

Elle est cependant très dangereuse, si elle survient chez une femme enceinte pendant les premiers mois de la grossesse.

Elle peut alors occasionner de graves malformations chez le futur bébé. **C'est pourquoi il est essentiel que toutes les jeunes femmes soient vaccinées.**

HÉPATITE B

L'hépatite B est une maladie du foie.

Due à un virus présent dans les liquides biologiques (sang, sperme, sécrétions vaginales, etc.) elle peut se transmettre par relations sexuelles, contact avec le sang, transmission de la mère à l'enfant au moment de l'accouchement.

On observe également des transmissions au sein de familles ou collectivités par la salive, de petites blessures ou le partage d'objets personnels (rasoir, brosse à dents, ...).

Dans neuf cas sur dix, les adultes contaminés ne ressentent aucun symptôme. Quand la maladie se manifeste, les symptômes sont une jaunisse, une décoloration des selles, de la fatigue et un malaise qui peut persister plusieurs mois. Dans un cas pour 1000, l'infection évolue en hépatite fulminante, mortelle à 80 %.

Alors que 5 à 10 % des adultes contaminés, avec ou sans symptômes, deviennent des « porteurs chroniques » susceptibles de transmettre le virus, 90 % des nouveau-nés contaminés deviennent « porteurs chroniques ». L'hépatite B chronique peut évoluer vers la cirrhose ou le cancer du foie.

On recommande aux adolescents et aux adultes exposés au virus de l'hépatite B de se faire vacciner.

HPV (INFECTIONS À PAPILLOMAVIRUS)

Les infections à papillomavirus sont très fréquentes et se transmettent lors des premiers contacts sexuels.

Elles passent toujours inaperçues et disparaissent le plus souvent spontanément. Quand elles persistent, elles peuvent être responsables de verrues génitales (condylomes) et chez les femmes d'anomalies ou lésions précancéreuses du col de l'utérus (dysplasies). Ces lésions peuvent se transformer en cancers du col de l'utérus en l'absence de dépistage régulier par frottis et de traitement.

La vaccination protège contre 70 % des papillomavirus responsables du cancer du col de l'utérus. C'est pourquoi, même après vaccination, il est nécessaire d'effectuer régulièrement des frottis de dépistage.

GRIPPE

La grippe est une infection respiratoire aiguë très contagieuse provoquée par un virus. Elle se manifeste par une fièvre élevée pouvant aller jusqu'à 40°, des courbatures, une fatigue intense, des maux de tête et parfois une irritation de la gorge, des bronches et des yeux.

La grippe peut être particulièrement grave pour les personnes fragilisées et les personnes âgées.

La grippe peut se compliquer de troubles cardiaques ou pulmonaires graves chez les personnes âgées et celles souffrant de bronchite chronique, d'asthme, d'insuffisance cardiaque sévère ou de maladie de longue durée.

80 % des décès dus à la grippe touchent des personnes de plus de 65 ans.

POUR SE PROTÉGER :

Une vaccination doit être effectuée tous les ans pour les personnes à risque : personnes de 65 ans et plus, personnes, quel que soit leur âge, souffrant de diabète et de maladies chroniques, en particulier de troubles respiratoires ou cardio-vasculaires.

Dans ces cas, la vaccination est prise en charge à 100 %.



LES VACCINS DU VOYAGEUR

Certaines maladies inconnues ou disparues de France existent encore dans de nombreux pays en voie de développement.

Il est important de consulter votre médecin pour avis, de préférence deux à trois mois avant tout départ.

Celui-ci vous indiquera les vaccinations recommandées en fonction de la destination, de la durée et des conditions du voyage, et de vos caractéristiques personnelles (antécédents médicaux, âge, etc.).

Il vérifiera aussi que vos vaccinations sont à jour.

Vous pouvez également demander conseil à votre pharmacien.

À SAVOIR :

La vaccination contre la fièvre jaune est obligatoire en Guyane et dans certains pays.

LES VACCINS DU VOYAGEUR

LA FIÈVRE JAUNE

- **Infection virale transmise par les moustiques**, cette maladie est très grave. La mortalité peut atteindre 50 %.
- **Elle existe à l'état endémique** dans certains pays d'Amérique du Sud et dans certaines zones d'Afrique.
- Le vaccin consiste en une injection, à effectuer obligatoirement au moins 10 jours avant le départ. La protection est efficace pendant 10 ans. **Cette vaccination ne peut être faite que dans des centres agréés.**

LA MÉNINGITE

La vaccination contre la méningite à méningocoques est exigée à l'entrée en Arabie Saoudite pour les pèlerins se rendant à La Mecque.

- **Le vaccin** consiste en une injection, à effectuer obligatoirement au moins 10 jours avant le départ. La protection dure pendant 3 ans.

AUTRES VACCINATIONS :

D'autres vaccins peuvent être utiles si les conditions du voyage sont précaires ou de longue durée : hépatite A, hépatite B, typhoïde, rage...

CONSEILS PRATIQUES

OÙ SE FAIRE VACCINER ?

- par son médecin traitant ;
- en consultation de médecine du travail ;
- dans un centre de vaccinations gratuites (renseignements auprès de votre mairie, de la DDASS de votre département ou de votre pharmacien).

POUR LES VACCINS DU VOYAGEUR

- vaccination fièvre jaune :
dans un centre agréé par le ministère de la Santé.

Liste des centres habilités :

http://www.sante.gouv.fr/htm/pointsur/vaccins/liste_centres_fievrejaune.pdf

- vaccins pouvant être administrés hors des centres agréés :
par son médecin traitant.

COMMENT CONSERVER LES VACCINS ?

- Les vaccins doivent être conservés dans le réfrigérateur, et non dans la porte.

POUR EN SAVOIR PLUS

www.sante.gouv.fr “dossier vaccination”



CALENDRIER GÉNÉRAL

ADOLESCENTS - ADULTES

- 11/13 ANS** **DIPHTÉRIE, TÉTANOS, POLIOMYÉLITE, COQUELUCHE :**
RAPPEL
- 14 ANS** **HPV POUR LES FILLES**
- 16/18 ANS** **DIPHTÉRIE, TÉTANOS, POLIOMYÉLITE :**
RAPPEL TOUS LES 10 ANS
- 18/28 ANS** **COQUELUCHE ASSOCIÉE AU RAPPEL DIPHTÉRIE,**
TÉTANOS, POLIOMYÉLITE UNE SEULE FOIS
- 65 ANS ET PLUS** **GRIPPE**

CALENDRIER DE RATTRAPAGE

POUR LES PERSONNES NON ENCORE VACCINÉES

- 11/16 ANS** **ROUGEOLE - OREILLONS - RUBÉOLE : DEUX DOSES**
- 11/13 ANS** **HÉPATITE B**
- APRÈS 13 ANS** **HÉPATITE B SI FACTEUR DE RISQUE**
- 15/23 ANS** **HPV EN RATTRAPAGE POUR LES JEUNES FILLES ET**
JEUNES FEMMES AVANT DÉBUT DE LA VIE SEXUELLE
- 17/28 ANS** **ROUGEOLE - OREILLONS - RUBÉOLE : UNE DOSE**
- PLUS DE 28 ANS À MOINS DE 45 ANS**
RUBÉOLE POUR LES FEMMES NON VACCINÉES



CARNET

DE VACCINATION INDIVIDUEL

NOM

PRÉNOM

DATE DE NAISSANCE

ADRESSE

.....

TÉLÉPHONE

En cas de perte, merci à la personne qui trouvera ce carnet de prévenir ou de le renvoyer à l'adresse ci-dessus.



ROUGEOLE - OREILLONS - RU BÉOLE

HÉPATITE B

VACCIN

DATE

NUMÉRO DU LOT

SIGNATURE ET CACHET DU MÉDECIN

Rougeole - Oreillons - Rubéole		DEUX DOSES POUR NON VACCINÉS NÉS DEPUIS 1992 UNE DOSE POUR NON VACCINÉS NÉS ENTRE 1980 ET 1991
Rougeole - Oreillons - Rubéole		2 ^{ÈME} DOSE
Rubéole		FEMMES NÉES AVANT 1980 ET DE MOINS DE 45 ANS NON VACCINÉES
Hépatite B		11 À 13 ANS SI NON VACCINÉS. APRÈS 13 ANS SI FACTEUR DE RISQUE
Hépatite B		2 ^{ÈME} DOSE
Hépatite B		3 ^{ÈME} DOSE

HPV*

AUTRES VACCINATIONS

VACCIN

DATE

NUMÉRO DU LOT

SIGNATURE ET CACHET DU MÉDECIN

HPV

FILLES DE 14 ANS ET RATTRAPAGE DE 15 À 23 ANS AVANT DÉBUT DE LA VIE SEXUELLE

HPV

2^{ÈME} DOSE

HPV

3^{ÈME} DOSE

* Papillomavirus humain

GRI PPE

VACCIN

DATE

NUMÉRO DU LOT

SIGNATURE ET CACHET DU MÉDECIN

GRIPPE

Personnes de 65 ans et plus, et quel que soit leur âge pour les personnes à risque et celles souffrant d'affection de longue durée.

UN VACCIN TOUS LES ANS

