

Questions et réponses au sujet de la vaccination des adultes

La vaccination confère la meilleure protection contre les maladies. L'avance en âge ne fait pas disparaître le besoin de vaccins. En fait, l'immunité acquise par la vaccination infantile peut diminuer au fil du temps. En outre, si vous voyagez dans d'autres pays, vous aurez besoin de protection contre des maladies qui sont rares au Canada. Les vaccins dont vous avez besoin comme adulte sont déterminés par beaucoup de facteurs, y compris votre âge, votre style de vie, votre de santé, et quels vaccins vous avez reçus durant votre vie.

Si vous avez besoin de plus d'information, consultez votre médecin, votre infirmière, votre pharmacien ou votre bureau local de santé publique.

1. POURQUOI LES ADULTES ONT-ILS BESOIN D'ÊTRE VACCINÉS?

Les vaccins ne sont pas seulement pour les enfants. Bien des parents ont à cœur de protéger leurs enfants avec des vaccins, mais oublient de se protéger eux-mêmes. Les adultes ont encore besoin d'être vaccinés, pour plusieurs raisons :

• Pourquoi les adultes ont-ils besoin d'être vaccinés?

Pour être protégés contre le tétanos et la diphtérie, tous les adultes ont besoin d'être revaccinés aux 10 ans. Tous les adultes devraient être vaccinés chaque année contre la grippe, surtout ceux qui ont des affections médicales qui les placent dans les catégories à haut risque, les personnes âgées et ceux qui fournissent des services communautaires essentiels. Comme on a pu le voir dans d'autres pays, de sérieuses flambées de maladies peuvent frapper lorsque de nombreuses personnes n'ont pas eu tous leurs vaccins – en Russie, par exemple, où la diphtérie a fait 5000 morts en 1994 après une défaillance du système d'immunisation organisé.

• Certains vaccins ne protègent pas à vie.

Les personnes qui ont passé leur enfance à l'étranger n'ont peut-être pas reçu tous les vaccins recommandés au Canada. D'autres raisons peuvent expliquer le fait de ne pas avoir eu tous les vaccins d'usage dans l'enfance : abandonner l'école avant d'avoir reçu son diplôme, par exemple.

Certaines maladies, comme la rougeole, étaient rares mais elles sont réémergentes parce que tout le monde n'est pas immunisé. Or, il importe encore que tous soient prémunis contre ces maladies. Si une flambée de rougeole sévit dans une collectivité, les adultes qui n'ont pas reçu tous leurs vaccins dans l'enfance peuvent présenter un risque élevé de maladie grave. Autre exemple, les femmes enceintes non protégées contre la rubéole risquent d'être infectées et de transmettre l'infection au bébé, ce qui entraînerait des anomalies congénitales graves. Par ailleurs, les adultes non protégés contre la rubéole peuvent transmettre la maladie aux femmes enceintes non vaccinées.

• De nouveaux vaccins ont vu le jour ces dernières années.

Les adultes ont maintenant accès à plusieurs nouveaux vaccins, notamment contre le zona. Il est important de voir avec votre médecin si vous avez besoin d'un de ces nouveaux vaccins.

• Les adultes peuvent avoir besoin de vaccins lorsqu'ils voyagent à l'étranger.

La majorité de la population canadienne n'est pas protégée contre les maladies qu'on ne trouve pas au Canada, comme

la fièvre jaune, la fièvre typhoïde et l'encéphalite japonaise. D'autres maladies, telles que l'hépatite A et l'hépatite B, sont plus répandues ailleurs qu'au Canada. Avant d'aller à l'étranger, renseignez-vous sur les maladies auxquelles vous vous exposez. Les vaccins à recevoir dépendront de votre destination et de ce que vous comptez y faire. Par exemple, certaines maladies tropicales peuvent poser un risque en milieu rural, mais pas en milieu urbain. Pour obtenir de l'information à jour sur les vaccins obligatoires ou recommandés aux voyageurs, adressez-vous à une clinique santé-voyage ou au CLSC ou au bureau de santé publique de votre localité. Vous pouvez aussi consulter votre médecin ou l'Agence de santé publique du Canada (https://voyage.gc.ca/voyager/sante-securite/vaccins?_ga=2.124767754.1666222360.1553545332-434714252.1553280981). Vous pouvez recevoir les vaccins nécessaires dans une clinique de médecine des voyages.

• Certains emplois ou styles de vie exposent les gens à certaines maladies évitables par la vaccination.

Les travailleurs de la santé, les intervenants en cas d'urgence, le personnel de laboratoire et les étudiants en formation pour ces genres d'emplois s'exposent à des maladies transmissibles en raison de leurs contacts avec des personnes ou avec des échantillons provenant de personnes qui sont peut-être porteuses de maladies. Par ailleurs, il est du devoir de ces travailleurs et étudiants de se prémunir contre les maladies transmissibles, qu'ils pourraient transmettre durant l'exercice de leurs fonctions à des malades ou des blessés qui risquent d'avoir des complications graves liées à la maladie. Ils devraient tous être vaccinés contre la diphtérie, le tétanos, la rougeole, les oreillons, la coqueluche, la polio, la rubéole, l'hépatite B, la grippe et la varicelle, s'ils ne le sont pas déjà. D'autres vaccins seraient peut-être indiqués pour le personnel de laboratoire, les travailleurs de la santé ou d'autres travailleurs.

Les personnes qui vivent ou travaillent dans des établissements résidentiels devraient aussi être vaccinées contre la diphtérie, le tétanos, la rougeole, la polio, la rubéole, l'hépatite B et la grippe.

Le style de vie des personnes qui utilisent des drogues de la rue et des personnes qui ont plusieurs partenaires sexuels les expose à certaines maladies. Quiconque travaille avec des gens qui présentent cette catégorie de risques liés au style de vie ou au milieu peut aider à prévenir la maladie en les encourageant à recevoir les vaccins dont ils ont peut-être besoin.

La vaccination. Ce n'est pas seulement pour les enfants.

Questions et réponses au sujet de la vaccination des adultes

2. DE QUELS VACCINS LES ADULTES ONT-ILS BESOIN EN GÉNÉRAL?

La diphtérie et le tétanos : Les adultes ont besoin d'être revaccinés contre le tétanos et la diphtérie tous les 10 ans. Les vaccins contre la diphtérie et le tétanos sont combinés en une seule injection. Le tétanos est causé par des bactéries dans le sol; il se caractérise par des contractions douloureuses des muscles et entraîne des dommages permanents et la mort dans 3 cas sur 10 environ. Tous les adultes ont besoin d'être vaccinés contre le tétanos, car il n'y a pas de protection découlant de l'« immunité collective » avec cette maladie. La diphtérie est une maladie contagieuse caractérisée par la formation d'une épaisse membrane dans l'arrière-gorge, qui peut causer des problèmes respiratoires, une défaillance cardiaque et des lésions nerveuses. La vaccination a considérablement enrayer la maladie, mais demeure essentielle pour la maîtriser. De sérieuses flambées de diphtérie ont frappé dans des pays qui n'ont pas renouvelé ou qui ont interrompu leurs programmes d'immunisation.

Coqueluche : Une infection naturelle ou la vaccination dans l'enfance ne protègent pas à vie contre la coqueluche. Les adultes peuvent donc attraper la coqueluche (maladie de longue durée caractérisée par une toux persistante et une détresse respiratoire) s'ils y sont exposés. La maladie peut frapper les adultes à un âge où ils viennent d'avoir des enfants ou des petits-enfants. Ils peuvent alors transmettre la coqueluche aux bébés, encore trop jeunes pour y être entièrement immunisés. La coqueluche peut mettre la vie des nourrissons en danger. Une seule dose de vaccin contre la coqueluche (combinée, au Canada, avec la dose de rappel contre le tétanos et la diphtérie) peut prévenir la maladie chez les adultes et, par conséquent, protéger les nourrissons.

Rougeole : Au Canada, les adultes nés en 1970 ou après cette date qui n'ont pas eu la rougeole ou n'ont pas été vaccinés contre cette maladie devraient se faire vacciner. Le virus de la rougeole est très contagieux. Il cause habituellement une éruption cutanée et de la fièvre, mais peut aussi entraîner une pneumonie ou une infection grave du cerveau (encéphalite). Normalement, une seule injection suffit pour protéger les adultes contre la rougeole. Il s'agit d'un vaccin conjugué contre la rougeole, la rubéole et les oreillons (vaccin RRO).

Rubéole : Quoique rarement grave chez les adultes, la rubéole entraîne des anomalies congénitales lorsque la mère l'attrape en début de grossesse. Il y a de fortes chances que son bébé soit aveugle, sourd ou atteint d'une maladie du cœur ou d'une déficience intellectuelle à la naissance. Toutes les femmes en âge de procréer et tous les travailleurs de la santé devraient se faire vacciner contre la rubéole, à moins d'y être immunisés. Celui-ci est administré comme un vaccin combiné (rougeole, oreillons, rubéole : RRO).

Grippe : La grippe est une maladie respiratoire grave, surtout pour les personnes âgées et pour quiconque souffre de certaines affections qui présentent un risque de complications attribuables à la grippe. Il ne faut pas confondre grippe et rhume, une maladie moins sérieuse contre laquelle il n'existe

pas de vaccin. Tous les ans, la grippe tue des milliers d'adultes au Canada. Tous les adultes devraient être vaccinés chaque année contre la grippe, surtout ceux de plus de 65 ans et ceux de moins de 65 ans qui ont une affection sous-jacente. Le vaccin antigrippal est bénéfique pour les adultes qui veulent réduire leur risque d'attraper la grippe ou de la donner à d'autres. Il faut une nouvelle injection chaque année, de préférence entre octobre et la mi-novembre.

La varicelle : Tous les adultes qui n'ont jamais eu la varicelle devraient songer à se faire vacciner. Les complications associées à la varicelle sont plus courantes et souvent plus graves chez les adultes que chez les enfants. Des enfants, de même que des adultes, meurent chaque année de la varicelle au Canada. Le vaccin contre la varicelle est recommandé aux adultes, non seulement pour se protéger eux-mêmes mais aussi pour empêcher qu'ils ne transmettent la maladie à des personnes vulnérables. Il est surtout recommandé :

- aux femmes en âge de procréer (attraper la varicelle durant la grossesse peut présenter un risque pour la mère et l'enfant);
- aux adultes vivant avec une personne dont le système immunitaire est endommagé ou affaibli;
- aux travailleurs en garderie et aux enseignants de jeunes enfants;
- aux travailleurs de la santé;
- aux nouveaux immigrants provenant de pays tropicaux où la varicelle est beaucoup moins courante qu'au Canada.

Maladies pneumococciques : Il s'agit d'un groupe d'infections bactériennes qui touchent les poumons (pneumonie), le sang (bactériémie) et l'enveloppe du cerveau (méningite). Tous les adultes de plus de 65 ans et quiconque a une affection qui augmente son risque d'infection grave devraient se faire vacciner.

3. QUELS AUTRES VACCINS DEVRAIS-JE PEUT-ÊTRE RECEVOIR?

Il y a d'autres vaccins que les adultes devraient songer à recevoir, selon leur situation particulière. Votre emploi, vos projets de voyage, votre état de santé, votre activité sexuelle sont tous des facteurs qui peuvent augmenter votre risque de contracter des maladies évitables par la vaccination. Vous trouverez ci-après quelques-uns des nombreux autres vaccins qui peuvent vous être bénéfiques. Si vous faites partie d'une catégorie à risque, consultez votre médecin, votre infirmière, votre pharmacien ou votre bureau local de santé publique. Ces vaccins sont recommandés aux adultes qui veulent diminuer leur risque d'avoir une maladie évitable par la vaccination.

- **Vaccin contre l'hépatite A** - recommandé aux personnes à risque de par leur état de santé, leur emploi ou leur mode de vie, et aux personnes souhaitant se prémunir contre l'hépatite A
- **Vaccin contre l'hépatite B** - recommandé aux personnes à risque de par leur état de santé, leur emploi ou leur mode de vie, et aux personnes souhaitant se prémunir contre l'hépatite B

La vaccination. Ce n'est pas seulement pour les enfants.

Questions et réponses au sujet de la vaccination des adultes

- **Vaccin contre les maladies à méningocoque** – recommandé aux personnes ayant certains troubles médicaux et aux personnes vivant dans des résidences collectives, y compris les étudiants et le personnel militaire
- **Vaccin contre le VPH** – recommandé aux femmes et hommes âgés de 9 à 26 ans (peut être administré aux hommes ou femmes 27 ans et plus qui présentent un risque d'exposition)
- **Vaccin contre l'herpes zoster** – recommandé aux personnes âgées de 50 ans et plus; aux personnes qui ont des antécédents de zona

4. À QUELLE FRÉQUENCE L'ÉTAT VACCINAL DEVRAIT-IL ÊTRE REVU?

Les adultes devraient parler avec leur médecin ou avec leur infirmière ou infirmier au sujet de leur état vaccinal. Il est important de revoir vos vaccins :

- lorsque vous consultez un nouveau médecin;
- si vous songez à avoir des enfants ou vous êtes enceinte;
- si vous travaillez avec de jeunes enfants;

- si vous commencez à travailler dans le domaine des soins de santé ou des interventions d'urgence;
- si vous avez une maladie chronique;
- si vous avez des relations sexuelles avec plusieurs partenaires;
- si vous utilisez des drogues injectables;
- avant d'aller dans un endroit où il y a des maladies différentes de celles qu'on trouve là où vous habitez normalement;
- si vous avez 65 ans ou plus;
- au moins tous les 10 ans.

5. QUELS SONT LES RISQUES POSSIBLES DES VACCINS?

Comme avec tous les médicaments, il y a des risques minimes. Les vaccins figurent parmi les interventions médicales les plus sûres et sont assujettis à des normes rigoureuses de contrôle de l'innocuité et de la qualité.

Si vous avez des questions ou des inquiétudes à propos des vaccins, consultez votre médecin, votre infirmière, votre pharmacien ou votre bureau local de santé publique.

RÉFÉRENCES

Guide canadien d'immunisation. Disponible : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/guide-canadien-immunisation.html>

Comité consultatif national de l'immunisation. Disponible : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/immunisation/comite-consultatif-national-immunisation-ccni.html>

SITES WEB RECOMMANDÉS

Immunisation Canada – immunisation.ca

Agence de la santé publique du Canada
<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/sujets/immunisation-et-vaccins.html>

Gouvernement du Canada : Vaccins de voyage
<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/sujets/immunisation-et-vaccins.html>

La vaccination. Ce n'est pas seulement pour les enfants.