



Ce dossier vous est offert par votre pharmacien  
Il ne remplace pas le conseil de votre médecin et/ou de votre pharmacien.

## Personnes âgées: les oubliées ! (11/2009)

**Qui parle de vaccination pense immédiatement à l'enfant. Pourtant, les personnes âgées doivent également être vaccinées et, malheureusement, ne le sont pas assez. Or elles sont fragiles et plus susceptibles qu'un adulte jeune de contracter des maladies infectieuses que la vaccination permet d'éviter.**

La vaccination a pour objet de protéger contre une maladie infectieuse, grave par elle-même ou par les complications qu'elle engendre et contre laquelle un traitement est difficilement mis en œuvre, voire impossible, ou bien provoque beaucoup d'effets secondaires. Les enfants en bénéficient dès leur plus jeune âge, tout comme les ados. Pour les adultes, la médecine du travail se charge bien souvent de mettre à jour les rappels vaccinaux, mais pour les personnes âgées... rien ! Il faut que le médecin ou qu'elle-même y pense. Il faut dire aussi que le système immunitaire qui produit les anticorps perd de son efficacité en raison de la vieillesse. Les personnes âgées résistent donc moins bien aux infections même si elles semblent en pleine forme. C'est la raison pour laquelle elles réclament plus d'attention et si vous êtes concerné, n'hésitez pas à en parler à votre médecin traitant.



### Quoi, quand, pour qui ?

La question qu'il faut (se) poser est alors de savoir quelles sont les vaccinations importantes. Se protéger contre le tétanos est essentiel. Beaucoup de retraités s'occupent en bricolant ou en jardinant. Or ce sont des activités à risque de contracter cette maladie très dangereuse. Si, officiellement, on ne déplore « que » un décès par an, on sait que cette maladie (pourtant à déclaration obligatoire) est sous-déclarée. Le nombre réel de décès par an à cause du tétanos se situe entre 20 et 30 ! C'est peu, direz-vous, mais en raison du fait qu'il s'agit d'une maladie parfaitement évitable, c'est beaucoup trop !

Ce sont les femmes qui en sont le plus souvent les victimes, car elles n'ont pas pu bénéficier de la vaccination qui était obligatoire au moment du passage sous les drapeaux.

Actuellement, seul le vaccin combinant la protection contre le tétanos et la diphtérie est disponible chez nous. Cela présente un avantage, car la diphtérie a fait sa réapparition chez nous et nous sommes peu protégés contre celle-ci. Ses symptômes sont ceux d'une angine qui se caractérisent par l'apparition de fausses membranes dans la gorge, obstruant en partie ou complètement les voies respiratoires : c'est le croup.



### Maladies infantiles, maladies gériatriques

Liée souvent aux maladies précédentes, la coqueluche, une maladie infantile, connaît aussi un regain chez l'adulte. Des analyses réalisées chez des personnes présentant une toux persistante durant plusieurs semaines ont montré qu'il s'agissait dans la majorité des cas de coqueluche. La raison tient à la diminution de la circulation du microbe responsable dans la population. En effet, en augmentant la vaccination des plus jeunes, on diminue la circulation de la bactérie, *Bordetella pertussis* en l'occurrence dans l'ensemble de la population. Les jeunes sont protégés, mais les plus âgés perdent peu à peu leur capacité de réaction contre le germe. Une fois qu'ils le



rencontrent, ils développent la maladie. Une vaccination combinée contre les trois maladies est donc intéressante, d'autant plus que nous disposons aujourd'hui d'un vaccin pouvant être administré aux adultes.

La quatrième maladie à laquelle il faut penser est évidemment la pneumonie. Aujourd'hui, peu de personnes âgées sont vaccinées contre le pneumocoque. Or, celui-ci est non seulement responsable d'une atteinte pulmonaire, mais aussi de méningite et d'infection généralisée, ou septicémie. Ces trois maladies se grevent d'une mortalité très importante. Cette vaccination n'est actuellement pas remboursée, ce qui constitue certainement un frein à son adoption. Les médecins eux-mêmes hésitent à la proposer.

La grippe est certainement le vaccin le plus utilisé chez la personne âgée. Rappelons qu'il est nécessaire de le refaire chaque année (voir notre dossier Grippe du mois de septembre).

### **Combattre le zona !**

Une autre affection que l'on pourra bientôt prévenir chez nous est le zona. Pour mémoire, le zona correspond à une inflammation qui se fixe sur le trajet des nerfs et qui provoque des douleurs tenaces et très vives. Les atteintes peuvent se situer partout sur le corps. On les dit « post-zostériennes » ou post-herpétiques, car l'herpès zoster est l'autre nom du zona. Elle est due à un virus de type Herpès qui est le même que celui de la varicelle. C'est la raison pour laquelle le virus est appelé virus varicelle-zona ou VZV (pour varicella-zoster virus en anglais). La varicelle est cette maladie qui provoque l'apparition de petites pustules sur le corps et le visage, le plus souvent chez les enfants en bas âge. Chez 5 personnes sur 1000, ce virus se réveille au cours de l'adolescence ou de l'âge adulte provoquant des lésions parfois importantes. La plupart des jeunes et des adultes connaissent une résolution complète des douleurs après 4 semaines. Chez les personnes de plus de 60 ans, la statistique tombe à 55%. Attention les atteintes ne se limitent pas seulement à la douleur, car l'herpès zoster peut aussi provoquer des lésions ophtalmiques graves avec des séquelles non négligeables.



### **Un calendrier : une nécessité**

Toutefois, il ne suffit pas de réaliser une vaccination de rappel une fois la retraite atteinte. On l'a dit, le système immunitaire des personnes âgées est moins efficace et les rappels seront nécessaires par la suite. Un groupement européen de spécialistes propose d'ailleurs, pour les personnes âgées, un calendrier vaccinal très simple à respecter comme il en existe un pour les enfants.

Tableau de proposition de calendrier vaccinal de la personne âgée (adapté de Michel JP et al. Rejuvenation Res. 2009;12(2):127-35.)

A partir de la retraite ou de 70 ans (après vérification du statut vaccinal), il faudrait recevoir

- Le vaccin contre le Tétanos-Diphtérie ou Tétanos-Diphtérie-Coqueluche
- Le vaccin contre la grippe saisonnière
- Le vaccin contre le pneumocoque
- Le vaccin contre le zona (lorsqu'il sera distribué)

Chaque année

- Le vaccin contre la grippe saisonnière

S'il y a beaucoup d'hospitalisation

- Le vaccin contre le pneumocoque (si pas encore réalisé)

Après une blessure

- Le vaccin antitétanique (si pas encore réalisé)

A partir de 90 ans

- Le vaccin contre le Tétanos-Diphtérie ou Tétanos-Diphtérie-Coqueluche
- Le vaccin contre la grippe saisonnière
- Le vaccin contre le pneumocoque
- Le vaccin contre le zona (lorsqu'il sera distribué)

## **Quelles sont les mesures à prendre ?**

1. Vérifier son statut vaccinal: l'existence d'une carte de vaccination est très utile. En cas d'absence, si la vaccination antitétanique date de plus de 20 ans, entreprendre une vaccination complète. Si elle se situe entre 10 et 20 ans, deux injections seront nécessaires. En deçà de 10 ans, une seule injection est utile.
2. Rencontrer son médecin pour mettre un plan de rattrapage vaccinal en place
3. Se rendre régulièrement chez son médecin et respecter les prescriptions de celui-ci.

Attention, si vous allez chercher un vaccin vous-même à la pharmacie, demandez les conditions de conservation de celui-ci à votre pharmacien.

Toutes ces maladies, évitables dans une large mesure grâce à la vaccination, peuvent engendrer un processus de pertes d'autonomie de la personne âgée avec une nette diminution de la qualité de vie, voire même de la longévité. Les freins principaux à cette vaccination tiennent certainement dans le manque d'informations disponibles pour les personnes âgées, leur difficulté à être proactives par rapport à une telle demande. Pour toute information complémentaire, demandez donc à votre médecin traitant ou à votre pharmacien.

Ce dossier vous est offert par votre pharmacien.

Il ne remplace pas le conseil de votre médecin et/ou de votre pharmacien.

© Ce document ne peut pas être reproduit sans accord écrit préalable de M.W.S. : [info@pharmaplanet.be](mailto:info@pharmaplanet.be)