

« J'ai eu 65 ans... »

Pour qui ?

 Cette fiche est pour vous si vous avez 65 ans ou plus avec ou sans maladies chronique.

Pourquoi se vacciner ?

-  Le vaccin contre le zona évite des douleurs chroniques.
-  La grippe, le covid et le pneumocoque peuvent être graves.
-  Les risques augmentent avec l'âge.

Risques si non vacciné

-  Plus de risques de complications graves. et d'hospitalisation.
-  Plus de fatigue et de maladies longues.

Vaccins:

 Diphtérie, tétanos, poliomyélite, coqueluche = 1 injection

 Vous faites un rappel à 65 ans.

 Puis un rappel tous les 10 ans.
Repevax® Boostrixtetra®

 **Zona** (shingrix®) : 1 dose
et 1 rappel 2 mois après.

 **Covid** : 1 vaccin chaque année.

 Après 80 ans, 2 vaccins par an.

 **Pneumocoque** (Prevenar 20®, capvaxive®) : 1 seule dose.

 **Grippe** : 1 vaccin chaque année.

 **Virus respiratoire syncytial (VRS)**:
À partir de 75 ans, ou si vous avez une maladie chronique.

 Ce vaccin n'est pas toujours remboursé.

« J'ai eu 65 ans... »

Données importantes

📌 Après 75 ans, 25 personnes sur 100 ont des douleurs après un zona.

Conseils simples

- 💉 Vous pouvez faire plusieurs vaccins, le même jour.
- 🗣️ Parlez-en avec votre médecin ou pharmacien.

Dépistage utile

- * Mamographie ;
- * Dépistage cancer colorectal

Entourage/ Cocooning

- 👤 Se vacciner protège aussi les personnes fragiles.
- 🛡️ Cela protège les bébés et les proches.

Effets secondaires possibles

- 💉 Vaccin contre le zona:
- 🔴 Réactions cutanées très fréquentes $\geq 1/10$ rougeur, gonflement ou chaleur au point de piqûre.
- ⚠️ Douleurs musculaires ou articulaires: fréquentes (entre 1/10 et 1/100)

Tous les professionnels de santé peuvent parler de la vaccination avec vous.

👨‍⚕️ Votre médecin, votre infirmier, ou IPA, 👩‍⚕️ votre sage-femme ou 💊 votre pharmacien peuvent vous prescrire et vous administrer un vaccin.