

Calendrier vaccinal



Calendrier simplifié des vaccinations

Pneumocoque

C'est la bactérie qui induit la plupart des infections respiratoires graves. Le risque de forme grave (**pneumonie, méningite**) est plus élevé si vous avez une **fragilité respiratoire ou immunitaire**.

Prevenar20® ou **Capvaxive®** (20 ou 21 sérotypes) :

1 dose dès 65 ans

Délai si déjà vacciné auparavant :

- 1 an : si 1 seule dose de Prévenar13®

ou de Pneumovax®

- 5 ans : si séquence Prévenar 13® + Pneumovax®

Le Zona (vaccin inactivé Shingrix®)

C'est une récurrence locale de varicelle.

Le risque de zona est multiplié par **8 à 10**

après 65 ans. Il existe des **formes graves** :

atteinte de l'œil ou douleurs majeures,

pouvant devenir permanentes.

Recommandation

Dès 65 ans, 2 doses (M0,M2) pour prévenir ces formes graves.

Délai après un zona (ou un vaccin Zostavax®) :

- 1 an ou

- dès guérison si traitement immunosuppresseur (IS)

à débiter. Schéma M0,M1 possible pour terminer le

schéma 14j avant traitement IS.

Où faire mes vaccins ?

- Chez mon médecin traitant ou mon spécialiste
- Chez mon pharmacien ou mon infirmière
- Dans un Centre de Vaccination Publique (CVP)

Conception



Promu par



Concepteurs : Pr Hubert BLAIN - h-blain@chu-montpellier.fr - Tél : 04 67 33 67 78
Dr Anke BOURGEOIS - a-bourgeois@chu-montpellier.fr
Réalisation : Service Communication - CHU Montpellier - 04 67 33 93 43 - G.F.

MAJ : 05/2026

Vaccination et seniors



Pour diminuer les risques infectieux les plus fréquents après 65 ans

Parlez-en avec votre médecin !

Pour obtenir plus d'informations :

mesvaccins.net/

& vaccination-info-service.fr/

infovac.fr



UN VACCIN, COMMENT ÇA MARCHE ?

La vaccination consiste à **mettre en contact votre organisme** avec un ou plusieurs **antigènes**

- Issus d'une partie ou de la totalité d'un agent infectieux (vivant ou non)
- ou produits en laboratoire

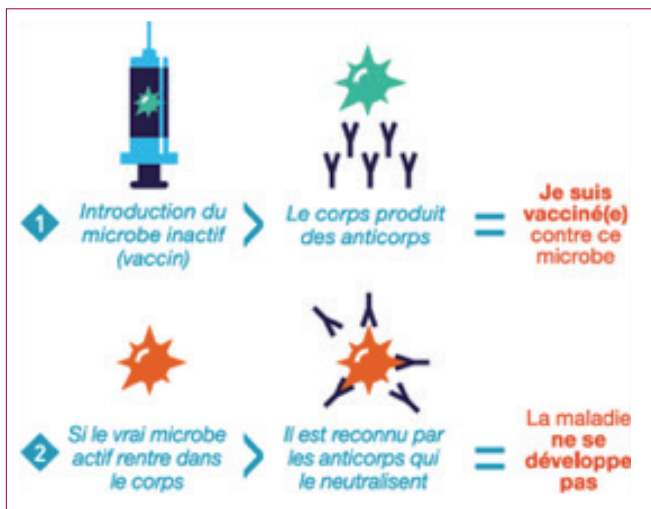
ou avec un **messager** indiquant à votre organisme de produire un ou plusieurs antigènes semblables à ceux de l'agent infectieux (comme les vaccins ARN).

Votre organisme

- fabrique alors des **anticorps** spécifiques de ces antigènes, reconnus comme **étrangers**,
- garde une **mémoire sélective** de ces antigènes,
- active très vite les défenses immunitaires en cas d'infection par la bactérie ou le virus.

Ainsi,

- la vaccination n'empêche pas toujours l'infection,
- mais elle **protège des formes graves**,
- grâce à la reconnaissance immédiate de l'« intrus »
- et à une **défense rapide et performante**.



POURQUOI DES VACCINS SONT PARTICULIÈREMENT UTILES APRÈS 65 ANS ?

Après 65 ans, les défenses immunitaires deviennent moins performantes. Cela expose à un risque accru d'infections bactériennes et virales, et de formes **plus graves**.

Ce **risque augmente** en cas de **comorbidité** :

- diabète, dénutrition, absence de rate, insuffisance cardiaque, respiratoire, rénale, hépatique...
- immunodépression : corticoïdes, chimio ou radiothérapie, biothérapies anti-inflammatoires, greffes d'organes ou cellules souches, VIH...

La vaccination reste l'**arme principale** de lutte contre les infections et leurs conséquences, en complément des mesures barrière.

Elle favorise l'**autonomie et le « bien vieillir »**.

Vous vacciner, c'est :

- **vous protéger vous-même** contre l'infection et ses formes graves,
- **protéger vos proches**, parfois fragiles, en évitant de les contaminer (cocooning) !

Les effets positifs des vaccins sont indéniables et connus depuis longtemps. Ils ont permis de faire disparaître la variole et bientôt la poliomyélite.

Leurs effets indésirables graves sont **exceptionnels** !



QUELS RISQUES INFECTIEUX, QUELS VACCINS APRÈS 65 ANS ?

En France, les personnes de 65 ans et plus sont confrontées à des formes graves de :

Diphtérie, tétanos, poliomyélite, coqueluche

Diphtérie, tétanos et polio sont rares, mais très graves et sans traitement spécifique.

Le nombre de cas de coqueluche augmente en France. Les nourrissons et les plus de 65 ans sont plus à risque de formes sévères.

Pour vous protéger et protéger vos petits-enfants : Rappel à 65 ans puis tous les 10 ans.

Grippe, Covid et VRS

Les virus **grippe, Covid et VRS** (responsable des bronchiolites de l'enfant) entraînent des complications plus fréquentes et sévères avec l'âge (**hospitalisations, décès**), a fortiori en cas de **comorbidités**.

Vaccination grippe et Covid :

- Tous les ans (les virus changent),
- au plus tard **fin novembre** (protection acquise en 2 semaines),
- le vaccin est **inactivé** et ne peut donner la grippe
- effets indésirables possibles : maux de tête ou courbatures (ce n'est pas la grippe !), signes de la réaction immunitaire au vaccin à traiter par du paracétamol (3g maximum par jour).

Vaccin grippe haute dose ou adjuvanté recommandé aux plus de 65 ans car plus efficace (Efluelda®, Fludad®)

Rappel **Covid** au printemps si ≥ 80 ans.

Recommandation vaccination VRS HAS 2024 :

1 seule dose si :

- ≥ 75 ans
- ≥ 65 ans **et** pathologie chronique respiratoire ou cardiaque