



# Les vaccinations chez l'adulte

Dr W. FERRÉ



**La vaccination,  
un enjeu tout au long de la vie**

## PLUS DE 65 ANS

Si la plupart des vaccins sont associés à l'enfance, il est essentiel de rappeler que la prévention ne s'arrête pas à l'âge adulte.

### → faites-vous vacciner contre le zona

**Si vous avez eu la varicelle, vous êtes porteur du virus du zona.**

Le zona est une maladie infectieuse due à la réactivation du virus varicelle-zona, qui reste endormi après la guérison d'une varicelle, mais qui se réactive des années plus tard.

Le zona se caractérise par des douleurs et l'apparition, souvent au niveau du thorax, de petits boutons pouvant démanger. Mais des complications, notamment des douleurs intenses, fréquentes et persistantes, peuvent survenir en particulier chez les personnes âgées et/ou immunodéprimées.

Le vaccin contre le zona (*Shingrix®*) comporte l'administration intra-musculaire de 2 doses espacées de 2 mois minimum. Il est recommandé par la Haute Autorité de Santé pour les personnes de 65 ans et plus. Dans ce cas, bien que très onéreux, il est remboursé à 65 % par l'Assurance Maladie et complémenté par la mutuelle selon la garantie associée à votre contrat.

Et pour être encore mieux parés, n'oubliez pas le vaccin annuel de la grippe (octobre), la mise à jour de celui du COVID, ainsi que le pneumocoque (*Prevenar®*) indiqué pour l'immunisation active de la prévention des pneumonies.

*Les vaccinations ont soulevé des inquiétudes de tout temps. Peur de se faire injecter quelque chose, en particulier des microbes, risques liés aux adjuvants qui activent la réponse immunitaire, apparition des vaccins à ARN (Covid 19). L'obligation vaccinale pour les personnels de santé a contribué à accroître le phénomène en jetant la suspicion.*

En fait, toutes ces préoccupations se sont révélées très infondées, en particulier au regard des bénéfices apportés. Les vaccins d'aujourd'hui sont bien tolérés et sûrs, si correctement prescrits. Bien plus sûrs (complications graves entre 1 pour 100 000 à 1 million d'injections) que notre panacée nationale, le paracétamol, pourtant considérée comme d'usage sûr (1 effet grave pour 1000 à 10 000 utilisations).

Le mode d'action des vaccins est le plus écologique des interventions médicamenteuses. Un vaccin ne fait que présenter, par des méthodes diverses, un agent infectieux (bactérie, virus et bientôt cellules cancéreuses) à notre système immunitaire, qui en fait l'analyse pour mieux se préparer à le détruire lors de sa prochaine rencontre. Pas de chimie là-dedans !

Depuis leur développement de masse au milieu du XX<sup>e</sup> siècle, le principal succès des vaccins réside dans le recul majeur de la mortalité infantile : 40 % dans le monde et 50 % en Afrique.

Mais leurs bénéfices ne se limitent pas à nos enfants. L'influence positive s'étend aux adultes et encore plus particulièrement aux seniors. Ainsi la vaccination antigrippale annuelle évite 2500 décès par an en France. La vaccination contre le Covid 19 a réduit de plus de 50 % la mortalité des plus de 60 ans, sans parler des hospitalisations qui engorgent notre système de soins.

Le vaccin contre le papillomavirus a un effet transgénérationnel. Proposé aux adolescent(e)s, il réduit drastiquement le risque de cancer du col de l'utérus chez les femmes adultes. Les pays qui l'administrent systématiquement, comme l'Australie voient le nombre de cas de ce cancer fondre comme

neige au soleil et s'approchent de sa disparition. (source Agence Nationale de Sécurité du Médicament : « Quelle est l'efficacité du médicament HPV » en 2023)

Le calendrier des vaccinations recommandées a été mis à jour cette année. Vous en trouverez l'intégralité sur notre site. Le tableau ci-contre se concentre sur les vaccinations recommandées des adultes.

Des vaccins pourront devenir recommandés à l'avenir, par exemple si le chikungunya ou la dengue s'implantent en France métropolitaine avec l'aide des canicules. Le moustique vecteur est déjà présent dans de larges zones du territoire et les premiers cas de chikungunya autochtone ont été observés dans le sud.

Quelques indications pour décoder le tableau :

→ **dTcaP** (les minuscules sont importantes, elles indiquent un dosage diminué) :

- diphtérie,
- tétanos,
- coqueluche,
- acellulaire,
- poliomyélite.

→ **VRS** : Virus Respiratoire Syncytial, très contagieux, qui donne des syndromes grippaux pouvant être graves.

→ La section « rattrapage » en bas du tableau n'est utile que pour les moins de 60 ans.

Tableau des vaccinations recommandées chez l'adulte 2025

|                           | Vaccins contre :                                                         | 18-24 ans                                                              | 25 ans                                                                                 | 35 ans | 45 ans       | 65 ans                                                                                                                                                                                                                                                                    | > 65 ans                                                      |
|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Recommandations générales | Covid-19                                                                 |                                                                        |                                                                                        |        |              | Vaccination recommandée chez l'adulte de 65 ans et plus. 1 dose annuelle à l'automne. Dose de printemps recommandée pour les personnes de 80 ans et plus ou les résidents d'EHPAD et USLD, en respectant un délai d'au moins 3 mois après la dernière injection/infection |                                                               |
|                           | Diphtérie (d), Tétanos (T), Poliomyélite (P)                             |                                                                        | Rappel dTcaP                                                                           |        | Rappel dTcaP | Rappel dTcaP                                                                                                                                                                                                                                                              | Rappel dTcaP à 75, 85 ans...                                  |
|                           | Coqueluche acellulaire (ca)                                              |                                                                        |                                                                                        |        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                               |
|                           | Grippe                                                                   |                                                                        |                                                                                        |        |              | 1 dose annuelle                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                               |
|                           | Pneumocoque                                                              |                                                                        |                                                                                        |        |              | 1 dose de VPC20                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                               |
|                           | Zona                                                                     |                                                                        |                                                                                        |        |              | A partir de 65 ans : vaccination avec le vaccin Shingrix : 2 doses espacées de 2 mois                                                                                                                                                                                     |                                                               |
|                           | VRS                                                                      |                                                                        |                                                                                        |        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                           | A partir de 75 ans : 1 dose d'Abrysvo ou d'Arexvix ou mResvia |
| Rattrapage                | Coqueluche acellulaire (ca)                                              |                                                                        | 1 dose dTcaP chez l'adulte jusqu'à 39 ans révolus, n'ayant pas reçu de rappel à 25 ans |        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                               |
|                           | Méningocoques ACWY (vaccin conjugué)                                     | 1 dose entre 15 et 24 ans                                              |                                                                                        |        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                               |
|                           | Papillomavirus humains (HPV) chez les jeunes femmes et les jeunes hommes | Schéma à 3 doses 0, 2, 6 mois (jeunes jusqu'à l'âge de 19 ans révolus) |                                                                                        |        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                               |
|                           | Rougeole (R), Oreillons (O), Rubéole (R)                                 | Atteindre 2 doses au total chez les personnes nées depuis 1980         |                                                                                        |        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                               |
|                           | Rubéole                                                                  | 1 dose de ROR chez les femmes non vaccinées en âge de procréer         |                                                                                        |        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                               |

Source : calendrier des vaccinations et recommandations vaccinales 2025 (version octobre 2025)

Nota bene : les vaccins indiqués sur fond jaune existent sous forme combinée. Encadrés co-administration possible.