



## ALLO DOCTEUR

### Vaccinations des seniors Docteur Jacques DAEMS

En France la part des 60 ans et plus devrait significativement augmenter et passer à 31%.

Les plus de 75 ans représenteront 16,2% de la population en 2060. Quant aux plus de 85 ans, leur nombre passera de 1,3 à 5,4 millions !

Les personnes âgées fragiles ou dépendantes ont plus de risque de contracter une infection que les personnes âgées vigoureuses et plus de risque de présenter des complications graves pouvant parfois aller jusqu'au décès. En grande partie dues à l'immunosénescence, la baisse des défenses immunitaires liées à l'âge.

**La vaccination est donc indispensable, la réponse aux vaccins diminuant avec l'âge il est indispensable d'être sérieux quant aux rappels vaccinaux.**

#### Quels vaccins effectuer?

**Pneumocoque:** à partir de 65 ans, rappel tous les 3 à 5 ans.

**Grippe:** Se vacciner tous les ans à partir de 65 ans, car en moyenne on relève 9000 décès causés par la grippe chaque année chez les personnes de plus de 65 ans.

**Zona:** La fréquence augmente avec l'âge eu égard à l'immunosénescence.

Le vaccin peut être proposé chez les personnes de plus de 50 ans, qu'elles aient déjà eu la varicelle ou non, pour diminuer le risque de zona et surtout le risque de douleurs (névralgies) .

Le fait d'avoir eu un zona ne protège pas, la vaccination s'impose tout de même ! Elle est remboursée chez les adultes âgés de 65 à 74 ans : une dose unique sans rappel.

**Diphtérie/Tétanos/Poliomyélite:** À partir de 65 ans il faut effectuer des rappels tous les 10 ans .

**Coqueluche :** Les sujets âgés amenés à être en contact étroit et répété avec un nourrisson de moins de 6 mois (mamies et papys) devront recevoir une dose de vaccination anticoquelucheuse si la précédente date de plus de dix ans .

Et les seniors voyageant de plus en plus ne pas oublier les vaccinations exotiques Hépatite A, Typhoïde, Fièvre Jaune.

**La vaccination permet sans risque de se protéger et de protéger ses proches !**

**Vaccinez vous**