

LA VACCINATION POUR SÉCURISER SON SÉJOUR A L'ÉTRANGER

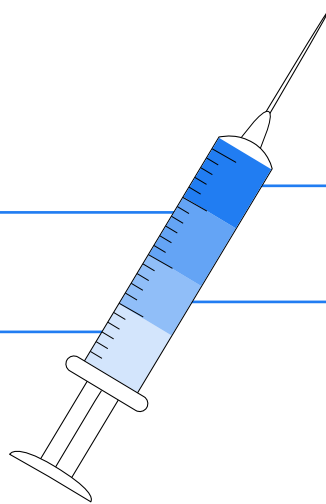


Au quotidien, nous rencontrons de nombreux germes contre lesquels nous luttons grâce à notre système immunitaire. Ce dernier va fabriquer des anticorps destinés à neutraliser et éliminer les microbes. Notre système immunitaire possède une mémoire qui lui permettra d'agir plus efficacement en cas de nouveau contact avec un germe. La vaccination agit selon le même processus, en permettant au corps d'apprendre à se défendre contre un microbe, sans qu'il y ait besoin d'un premier contact en lien avec la maladie.

MAIS LE VACCIN, C'EST QUOI EXACTEMENT ?

Adjuvant souvent un sel d'aluminium (hydroxyde ou phosphate) → améliorer la stimulation du système immunitaire

Stabilisants (lactose, sorbitol etc.) → permettre une meilleure conservation



Substances actives d'origines biologiques = antigènes : germes (virus, bactéries) atténués ou germes inactivés ou fragments de l'agent infectieux (toxine ou paroi)

→ Stimule le système immunitaire

Conservateurs antimicrobiens

→ empêcher la contamination microbienne du vaccin

LA VACCINATION EST EFFICACE SI ELLE EST AU SERVICE DE LA COLLECTIVITÉ

La vaccination n'est pas qu'une démarche personnelle, pour assurer une bonne santé à la majorité de la population cela demande un effort collectif. C'est pour cela que plus il y a d'individus vaccinés, plus la collectivité est protégée. En effet, en augmentant le nombre de personnes vaccinées pour une maladie donnée, on diminue le nombre de sources de contamination potentielle pour cette maladie et on protège ainsi des personnes non vaccinées. Ainsi, des individus ne pouvant pas être vaccinés (jeunes enfants, personnes immunodéficientes...) seront davantage protégés de la maladie en question s'ils se trouvent dans un environnement d'individus vaccinés.

Par exemple, en vaccinant les proches d'un jeune enfant contre une maladie, on va limiter les risques de contamination avant qu'il n'atteigne l'âge d'être vacciné. De même, vacciner l'entourage d'une personne dont le système immunitaire est déficient permet d'éviter que ses proches ne la contaminent.

Plusieurs millions de personnes sont vaccinées chaque année en France. Selon l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), 2 à 3 millions de vies sont sauvées chaque année grâce à la vaccination. Cette dernière a notamment permis la disparition de la variole dans le monde et celle de la poliomyélite en France. Elle joue donc un rôle essentiel dans la prévention d'un grand nombre de maladies dont certaines graves et difficiles à traiter, et apparaît comme un acte d'intérêt public. A noter que l'efficacité de la vaccination est optimale si on respecte le calendrier de vaccination.

ÉVITER LA RÉAPPARITION DES MALADIES GRÂCE À LA VACCINATION LA VACCINATION

La vaccination des populations participe donc à l'élimination de certaines maladies. C'est notamment le cas en France où la majorité des individus ont accès à la vaccination, mais toutes les régions du monde ne sont pas logées à la même enseigne. Ces inégalités font ressortir un problème majeur : si on ne maintient pas une bonne couverture vaccinale, les maladies réapparaissent, même lorsqu'on les croyait maîtrisées ou disparues. En effet, on a pu voir plusieurs cas de français non vaccinés en voyage à l'étranger ayant contracté des maladies disparues en France, comme la diphtérie ou le tétanos.

Il est donc important de se renseigner sur les maladies présentes dans le pays de destination, ainsi que les vaccins préconisés : <https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/informations-pratiques/risques/risques-sanitaires/article/sante-vaccinations> ou encore demander l'avis de son médecin traitant longtemps avant son départ, afin de prendre toutes les précautions nécessaires.

EST-CE QUE LES ADJUVANTS CONTENUS DANS LES VACCINS ET NOTAMMENT L'ALUMINIUM, PEUVENT ENTRAINER DES PROBLÈMES GRAVES ?

Pour la majorité des vaccins, la présence d'adjuvants est indispensable à la réponse immunitaire et donc au bon fonctionnement du processus de vaccination. En outre, les adjuvants vont permettre de diminuer la quantité d'antigènes par vaccin et de réduire le nombre d'injections. Les adjuvants les plus utilisés sont les sels d'aluminium. Ces derniers sont employés depuis plus de 90 ans et étaient présents dans des centaines de millions de doses injectées. L'innocuité de ces composants est régulièrement remise en cause, mais il n'existe à ce jour aucune étude scientifique certifiant un lien de cause à effet entre les sels d'aluminium des vaccins et un quelconque problème de santé. Cependant, la recherche se poursuit actuellement pour élaborer de nouveaux adjuvants qui permettront de vacciner contre de nouvelles maladies et de répondre aux attentes de l'opinion publique.

À noter que la concentration en sels d'aluminium des vaccins présents sur le marché est faible : Une dose vaccinale (Source : AFPA)	0,2 à 0,5 mg par vaccin (jamais plus de 0,85 mg)
Exposition journalière via l'alimentation (source ANSES)	0,28 mg/kg de poids de corps/semaine chez l'adulte soit environ pour un individu 2.8 mg/jour de 70 kg
Dose Hebdomadaire Tolérable Provisoire (DHTP) (Source EFSA)	1 mg/kg de poids de corps / semaine

Tableau comparatif de la concentration en aluminium dans les vaccins et des recommandations de l'EFSA.

QU'EST-CE QUE LE CALENDRIER VACCINAL ?

Le calendrier vaccinal qui est proposé aux français est le reflet des recommandations proposées par le Ministère de la Santé et plus particulièrement par la Commission technique des vaccinations (CTV) de la Haute Autorité de Santé (HAS). Il permet à la population de s'organiser en donnant certaines informations :

- Quels vaccins sont obligatoires (les vaccins obligatoires ont été mis en place pour endiguer des épidémies et permettre à tous d'en disposer).
- L'âge auquel se faire vacciner pour que la prévention de la maladie soit optimale.
- Le nombre d'injections nécessaires et protocole.

<https://www.mesvaccins.net/textes/2019CalendrierSimplifie.pdf>

COMBIEN ME COÛTE LA VACCINATION ?

Le prix de vente est fixé par le Comité Economique des Produits de Santé (CEPS) après négociation avec l'entreprise qui produit le vaccin, sur la base de différents critères, tels que le volume de vente envisagé, des prix des autres médicaments présents sur le marché, etc...

Les vaccins du calendrier vaccinal français sont remboursés à 65 % sur prescription médicale. L'acte de vaccination sera remboursé à 70% s'il est réalisé par un médecin, une sage-femme en libéral ou un centre de santé et à 60% s'il est réalisé par un infirmier. Depuis le 1er mars 2019, la vaccination fait partie des missions pouvant être exercées par les pharmaciens d'officine sur l'ensemble du territoire (article 59 de la loi de financement de la sécurité sociale (LFSS) pour 2019). Renseignez-vous auprès de votre pharmacien. Le remboursement peut être de 100% si vous possédez une mutuelle.

Astuce : certaines mairies ont des centres de vaccination dans lesquels la vaccination peut être gratuite : renseignez-vous.

QUELS SONT LES VACCINS À FAIRE POUR VOYAGER À L'ÉTRANGER ?

Quand on voyage à l'étranger, il est recommandé d'être à jour sur le calendrier vaccinal français, car si la maladie n'est pas répandue en France, cela ne veut pas dire qu'elle ne l'est pas dans un autre pays du globe. De plus, il est conseillé de se faire vacciner contre des maladies infectieuses telles que l'hépatite A ou l'encéphalite japonaise si elles sont fréquentes dans le pays de destination. Certains vaccins sont d'ailleurs obligatoires pour rentrer dans un pays comme le vaccin contre la fièvre jaune pour se rendre dans une zone intertropicale d'Afrique ou d'Amérique du Sud. A noter que les vaccins pour les voyageurs ne sont pas remboursés par la sécurité sociale mais peuvent être pris en charge par certaines mutuelles.

Pour connaître les vaccins obligatoires ou recommandés des pays où vous voulez vous rendre, il est possible de consulter la rubrique « préparer mon voyage » du site d'institut Pasteur : <https://www.pasteur.fr/fr/centre-medical>

Il est conseillé de se renseigner plusieurs mois avant le départ afin de pouvoir respecter les délais qui peuvent être nécessaires à la vaccination.

EXISTE-T-IL DES CONTRE-INDICATIONS À LA VACCINATION ?

Les contre-indications à la vaccination sont peu courantes et dépendent du vaccin administré. Il peut s'agir d'une maladie aiguë ou chronique, d'une allergie à l'un des composants du vaccin, d'une immunodéficience... Lors d'une grossesse certains vaccins sont déconseillés mais ce n'est pas systématique. Vous pouvez lire la notice du vaccin, mais c'est le médecin qui sera le plus à même de diagnostiquer une contre-indication.

Sources :

Vaccination Info Service : <https://vaccination-info-service.fr/>

INPES : <http://inpes.santepubliquefrance.fr/10000/themes/vaccination/index.asp>

INSERM : <https://www.inserm.fr/information-en-sante/dossiers-information/vaccins-et-vaccinations>

INVS : <http://invs.santepubliquefrance.fr/%20fr/Dossiers-thematiques/Maladies-infectieuses/Maladies-a-declaration-obligatoire/Tuberculose>

The LANCET : [https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(18\)30183-X/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(18)30183-X/fulltext)

<http://acces.ens-lyon.fr/acces/thematiques/immunite-et-vaccination/fete-de-la-science-2017/ressources-fds/touche-pas-a-mon-vaccin-1/carte-tpamv-4-complot>

ANSES : <https://www.anses.fr/fr/content/exposition-%C3%A0-l%E2%80%99aluminium-par-l%E2%80%99alimentation>

AFPA : <https://afpa.org/content/uploads/2017/08/Fiche-adjuvants-aluminium.pdf>

EFSA : <https://www.efsa.europa.eu/fr/press/news/080715>