

## Informations importantes sur certains vaccins

**IMPORTANT : Assurez-vous d'apporter votre carnet de vaccination lors de votre prochain examen.**

**La mise à jour de la vaccination fait partie intégrante de l'examen périodique. Vous trouverez ci-dessous d'importantes informations sur certains vaccins recommandés. Vous pouvez en discuter avec votre médecin.**

### Vaccin contre le tétanos

Le tétanos est une maladie souvent mortelle causée par une toxine très puissante s'attaquant aux nerfs de l'organisme. Les symptômes les plus fréquents d'une infection par le tétanos sont de graves spasmes musculaires et des contractions sévères de la mâchoire. Le tétanos se trouve dans la terre, la saleté et dans l'environnement de tous les jours, et peut se contracter par des coupures ou éraflures, des perforations de la peau (ex.: un clou), des morsures d'animaux, un éclat de bois, etc. Le vaccin antitétanique est très efficace et sécuritaire, et est inclus dans le calendrier de vaccination systématique des enfants et adultes. Une dose de rappel est nécessaire tous les dix ans.

### Vaccin contre le zona

Le zona est une maladie qui prend la forme d'une éruption cutanée, souvent très douloureuse, qui apparaît sur une partie du corps ou du visage, et qui est causée par une réactivation du virus de la varicelle qui reste dormant chez la plupart des gens durant de nombreuses années. Le zona peut apparaître à tout âge, mais les conséquences sont souvent plus graves chez les personnes âgées, chez qui les douleurs peuvent se prolonger durant plusieurs mois ou même années, et qui sont généralement plus à risque de contracter des infections de la peau. Il existe un vaccin qui permet de se protéger contre le zona et qui est recommandé chez les adultes de plus de 50 ans.

### Vaccin contre le VPH

Le VPH, ou virus du papillome humain, est un virus extrêmement prévalent, qui peut causer le cancer du col de l'utérus chez la femme, le cancer du pénis chez l'homme, le cancer ano-rectal et les condylomes (ou verrues génitales) chez l'homme ou la femme. La vaccination contre le VPH nécessite 3 doses administrées sur une période de 6 mois et offre une protection contre les 9 souches les plus fréquentes du virus. On recommande aux femmes âgées entre 9 et 45 ans ainsi qu'aux hommes âgés entre 9 et 26 ans de se faire vacciner contre le VPH.

### Vaccin contre la pneumonie

La bactérie pneumocoque est une cause fréquente d'infections respiratoires telles l'otite, la bronchite ou la pneumonie. Cependant, une infection au pneumocoque peut parfois se compliquer, surtout chez les personnes âgées ou les personnes dont le système immunitaire est affaibli, et se transformer en bactériémie ou septicémie (infection généralisée dans le sang) ou en méningite. Le vaccin contre le pneumocoque invasif protège justement contre ces infections graves et est administré en dose unique, une fois dans la vie adulte, souvent en même temps que le vaccin contre l'influenza (la grippe).

### Vaccin contre l'hépatite A et l'hépatite B

L'hépatite A est un virus qui s'attaque au foie et qui peut être contracté lors d'un voyage dans les Caraïbes, en Asie, en Afrique, et ailleurs au contact de l'eau contaminée (lors de la préparation des repas, de la consommation d'eau non traitée, de la consommation de glaçons, etc.) Cette infection peut provoquer une forte fièvre, la jaunisse, un affaiblissement sévère général, et parfois même la mort.

L'hépatite B est un virus similaire qui s'attaque également au foie, mais qui se contracte quant à lui au contact de sang contaminé, ou par des relations sexuelles. C'est un virus qui est endémique dans certaines parties du monde, notamment en Afrique et en Asie, et qui peut causer de graves conséquences à long terme au niveau de la santé. Malheureusement, le virus de l'hépatite B ne cause pas toujours de symptômes chez les gens qui en sont atteints qui, sans le savoir, peuvent donc le transmettre à leur insu. Ce virus peut donc se propager très facilement.

Heureusement, il existe un vaccin qui protège contre l'hépatite A et l'hépatite B et qui se donne en 3 doses sur une période de 6 mois. Il est important de vacciner les enfants ainsi que les adultes, et une consultation en clinique de vaccination est une bonne opportunité pour mettre à jour cette vaccination.

**IMPORTANT : Please make sure to bring your vaccination booklet for your next medical check-up.**

**Immunization update is part of your medical check-up. Below you will find information on certain recommended vaccines. You can discuss it with your doctor.**

### **Tetanus vaccine**

Tetanus is often a fatal disease caused by a very strong toxin which affects the nerves of the body. The most frequent symptoms of infection by tetanus are severe muscle spasms and severe contractions of the jaw. Tetanus is found in soil, dirt and in your everyday surroundings, and can be contracted through cuts and scratches, punctures of the skin (wound caused by a nail for example), animal bites, wood splinter etc. The tetanus vaccine is highly effective and safe, and is included in the routine immunization schedule for children and adults. A booster dose is needed every ten years.

### **Herpes Zoster (shingles) vaccine**

Herpes Zoster (shingles) is a disease that causes a skin rash, often extremely painful, which appears on a part of the body or of the face and is caused by a reactivation of the chickenpox virus that lies dormant for many years in most of the people. Shingles can appear at any age, but the consequences are often more severe in the elderly, in whom the pain can last for months or even years, and who are generally more susceptible to acquiring skin infections. There is a vaccine that helps protect against shingles and which is recommended for adults over the age of 50.

### **HPV vaccine**

HPV, or human papillomavirus, is an extremely common virus, which can cause cervical cancer in women, penile cancer in men, anorectal cancer and genital condyloma (or warts) in women and men. Vaccination against HPV, which requires 3 doses over 6 months, provides protection against the most common 9 strains of the virus. It is recommended that women between 9 and 45 yrs of age and men between 9 and 26 yrs of age be vaccinated against HPV.

### **Pneumonia vaccine**

Pneumococcal bacteria are a common cause of respiratory infections such as ear infection, bronchitis or pneumonia. However, a pneumococcal infection can sometimes get complicated, especially in elderly people or people with weakened immune systems, and cause bacteremia or septicemia (generalized blood infection) or meningitis. The pneumococcal vaccine protects against these serious infections and is administered as a single dose, once in a lifetime for adults, often at the same time as the influenza vaccine (flu vaccine).

### **Hepatitis A and B vaccine**

Hepatitis A virus is a virus that attacks the liver and that can be contacted during a trip to the Caribbean, Asia, Africa, and elsewhere by contact with contaminated water (during meal preparation, by consuming non-treated water, consuming ice cubes, etc.). This infection can cause high fever, jaundice, altered general status, and sometimes even death.

Hepatitis B virus is a similar virus that attacks the liver, but in its case, it is spread by contact with contaminated blood or by sexual relations. This virus is extremely common in certain areas of the world, particularly in Africa and Asia, and can cause serious long-term consequences in terms of health. Unfortunately, hepatitis B does not always cause symptoms in affected people; who, without knowing it, can transmit it to others. This virus can therefore spread very easily.

Fortunately, there is a vaccine that protects against hepatitis A and hepatitis B and is given in 3 doses over a period of 6 months. It is important to vaccinate children as well as adults and a consultation at the vaccination clinic is a good opportunity to update the immunizations.