

Bientôt l'été ! Pourquoi il est urgent de se faire vacciner

Certes, il reste une dizaine de semaines avant les grands départs en vacances. Mais il est tout à fait temps de s'occuper des vaccins à recevoir.

FRÉDÉRIC SOUMOIS

Pourquoi s'en préoccuper maintenant ? Pour deux raisons : un vaccin peut avoir besoin de plusieurs jours, voire semaines avant d'être pleinement efficace. Et ce que vous pouvez aujourd'hui réaliser sans rendez-vous vous demandera parfois quatre ou cinq heures d'attente à la mi-juin.

1

Zika, toujours là

« On l'ignore souvent mais le virus du Zika est encore bien présent sur la planète », souligne le docteur Charlotte Martin, qui dirige la Travel & Vaccine Clinic du Centre hospitalier universitaire St-Pierre à Bruxelles, soit l'unité belge qui conseille le plus de voyageurs avant leur départ. « On n'en parle plus parce que le "gros" de l'épidémie est passé, que la majorité des autochtones (Brésil, Caraïbes) a fait la maladie et a développé des anticorps. Il y a, au moins temporairement, ce qu'on appelle une immunité de groupe, mais le virus est encore bien présent de façon sporadique, c'est sûr. Certes, on en sait davantage sur l'influence du virus sur le fœtus en gestation. On sait que c'est surtout au premier et deuxième trimestre de gestation que les atteintes les plus graves sont susceptibles d'affecter l'enfant à venir et que le troisième trimestre est très probablement moins à risque. Cependant, la discussion entre le médecin et sa patiente va souvent se faire au cas par cas. Si c'est un voyage d'affaires de trois jours, confiné dans des atmosphères climatisées et que si l'on va de-

hors on porte des manches longues (avec 40°) et de l'antimoustique à renouveler toutes les deux heures, c'est envisageable. Mais si l'on veut profiter

de la plage, c'est beaucoup plus risqué. L'appréciation du risque est aussi éminemment individuelle. Une jeune femme de 25 ans qui va faire le tour du monde peut assumer ce risque, tandis qu'une femme de 43 qui a déjà fait 3 FIV (fécondation in vitro) ne prendra aucun risque. » Jusqu'à il y a peu, se rendre dans les pays infectés était proscrit pour une femme enceinte. De la vigilance s'impose donc, comme au retour. Traces dans le sperme pendant trois mois, une prudence imposée aux dames pendant deux mois : le préservatif s'impose. En cas de doute, un test sanguin est possible.

2

Le retour de la rougeole

Low cost et chute du Mur nous ont rendus proches des destinations d'Europe de l'Est qui ne manquent pas de charmes : République Tchèque, Slovaquie, Roumanie, Pologne... Sauf qu'il y règne actuellement la plus forte épidémie de rougeole de l'après-guerre. En cause, les ravages des mouvements anti-vaccins et l'oubli face au rappel de vaccin qui doit se faire vers 11-12 ans. Trop de parents l'ont négligé, volontairement ou pas. Et leurs adolescents et jeunes adultes tombent aujourd'hui malades. « Et c'est une maladie qui peut tuer, on l'oublie trop souvent. Certains croient que faire une bonne rougeole naturelle tiendra lieu d'anticorps. S'ils peuvent accepter de les voir contracter une inflammation du cerveau ou une grave paralysie, alors d'accord. Dans le cas contraire, il faut se vacciner. C'est une maladie très contagieuse et des milliers de gens en sont malades à l'Est mais aussi en France, en Grèce, en Italie... En plus, le vaccin ne coûte quasi rien et est très bien toléré. »

3

L'encéphalite à tique

centre-européenne

« Chez les gens de moins de 50 ans, cela donne l'équivalent d'une petite grippe. Chez les plus de 60 ans, c'est franchement dangereux. Le changement climatique fait "monter" les tiques plus haut en altitude, puisque le froid recule. De même, elles sont plus présentes chez nous. Il y a des cas décrits de longue date en Allemagne, mais plus récemment aux Pays-Bas, et aussi deux cas décrits chez nous. Le Conseil supérieur de la santé a révisé, suite à ces deux cas, les recommandations de vaccination contre l'encéphalite à tiques : dans notre pays, il n'est pas encore recommandé de vacciner tous ceux qui sont très en contact avec la nature comme les mouvements de jeunesse. Par contre, c'est recommandé pour les voyages dans les pays plus endémiques comme la Slovaquie, les pays Baltes, la République tchèque, la Russie et même certains pays d'Asie », explique Charlotte Martin.

Mais aussi l'hépatite A

« Sa particularité, c'est qu'elle ne dépend pas du tout des conditions d'hygiène dans lesquelles on mange. Plus on grandit, plus cela peut provoquer une jaunisse importante avec une fatigue intense, qui peut parfois durer plusieurs mois. Certains cas tournent à l'hépatite fulminante, qui débouche sur un besoin de transplantation en urgence. Le foie arrête carrément de fonctionner. C'est un virus présent en zone tropicale et subtropicale, mais aussi en Russie et dans les pays de l'ancienne URSS. »

FR.SO

