



C'est inscrit dans le calendrier vaccinal français : les vaccins contre la grippe saisonnière et le pneumocoque sont fortement conseillés en cas de bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO). Plus d'explications dans cette fiche.



Les poumons : un filtre contre les micro-organismes !

La fonction première du poumon est respiratoire. Mais on oublie trop souvent qu'il sert de **filtre contre les micro-organismes** (virus, bactéries etc.) au même titre que la peau ou le tube digestif ! Or, toutes les maladies respiratoires infectieuses sont transmises par des micro-organismes inhalés. C'est pourquoi la vaccination met en place une protection essentielle contre d'éventuels germes susceptibles d'être inhalés. **La protection vaccinale est d'autant plus importante chez les personnes BPCO dont les voies respiratoires sont fragilisées.** Chez eux, la muqueuse respiratoire, barrière efficace en temps normal contre certains germes, ne joue plus son rôle. Les maladies respiratoires sévères comme la BPCO ou l'asthme sont ainsi, par exemple, des facteurs de risque d'infections invasives à pneumocoques, avec un risque infectieux multiplié par quatre.



Grippe et pneumocoque : se vacciner, c'est prévenir les exacerbations de BPCO !

➤ **La grippe** est une infection respiratoire aiguë provoquée par un virus. Si la grippe guérit le plus souvent spontanément, les risques importants de complications associées à la maladie (notamment celui d'une surinfection bactérienne dans les poumons) et son caractère très contagieux justifient l'existence d'un vaccin permettant de s'en protéger. Le vaccin doit être administré chaque année car le virus responsable de la grippe change tous les ans.

➤ **Le pneumocoque** est une bactérie qui se trouve dans les voies respiratoires, mais certains sont porteurs de cette bactérie dans leur nez ou leur gorge sans être malades. Il existe plusieurs types de pneumocoques. Une quarantaine d'entre eux causent des infections chez l'humain, telle la pneumonie. On les appelle « infections à pneumocoque ».

Afin de réduire la fréquence des pneumonies et des infections invasives à pneumocoque, le Haut Conseil de Santé Publique a étendu en mars 2017 les recommandations de la vaccination contre le pneumocoque aux adultes de tous âges non immunodéprimés (c'est-à-dire dont le système immunitaire n'est pas affaibli à cause d'un traitement ou d'une maladie) porteurs d'une maladie à risque élevé d'infection, dont l'insuffisance respiratoire chronique. Pour en savoir plus sur les modalités de cette vaccination, parlez-en avec votre médecin*.

*La réalisation pratique de la vaccination contre le pneumocoque se fera suivant les modalités suivantes⁽¹⁾ :

- Pour les personnes non-antérieurement vaccinées : une première vaccination par une dose de VPC 13, suivie d'une dose de VPP23 avec un délai minimal de huit semaines.
- Les personnes qui n'ont reçu antérieurement que le vaccin VPP23 pourront recevoir une injection du VPC13 (au moins un an après le VPP23).
- Pour les personnes déjà vaccinées suivant la séquence VPC13-VPP23 : une autre injection de VPP23 pourra être réalisée en respectant un délai de cinq ans après la première injection de VPP23.

Parlez-en à votre médecin lors de votre prochaine consultation, il pourra vous informer.

La protection vaccinale contre la grippe ou le pneumocoque permet de se protéger d'un risque d'aggravation de la BPCO ou de décompensation⁽²⁾ par ces deux infections.

1. Haut Conseil de la santé publique, avis relatif aux recommandations vaccinales contre les infections à pneumocoque pour les adultes, 10 mars 2017.

2. La décompensation est une rupture de l'équilibre que l'organisme a trouvé pendant un certain temps pour faire face à une maladie ou à un trouble quelconque.

NOS RECOMMANDATIONS

- ✓ La vaccination est le moyen le plus efficace de **se protéger et de protéger son entourage** des risques de complications liées à une infection grippale ou au pneumocoque.
- ✓ **Faire un bilan tous les ans de ses vaccins avec son médecin** (il n'est jamais trop tard !). Vous pouvez être vacciné par votre médecin traitant, par un médecin exerçant dans un centre de vaccination ou encore par votre médecin du travail.
- ✓ Cette recommandation s'applique aussi aux personnes de **l'entourage, personnel et professionnel** ! La vaccination est indispensable pour éviter tout risque de contagion.
- ✓ **Vous êtes sceptique quant à l'efficacité des vaccins ?** Malheureusement, la méfiance actuelle envers les vaccins est lourde de conséquences. Par exemple, le vaccin antigrippal est injecté chez seulement une personne BPCO sur deux. Aucune preuve sérieuse n'a été apportée à ce jour quant à une potentielle nocivité des vaccins. Nous vous encourageons à échanger avec votre médecin traitant, pneumologue, pharmacien pour comprendre comment agissent les vaccins, départager le vrai du faux concernant les informations qui circulent à propos de la vaccination et obtenir des informations.

Pour en savoir plus sur les vaccins, à quoi ils servent et leurs mécanismes d'actions : vaccination-info-service.fr

Plus de fiches pratiques sur www.sante-respiratoire.com