



Prenez soin de votre santé, un vaccin à la fois !

Guide pratique sur la vaccination des adultes de 65 ans et plus

Pourquoi la vaccination est-elle importante ?

- Aide à prévenir plusieurs maladies infectieuses.
- Réduit le risque de complications et d'hospitalisations.
- Contribue au maintien de l'autonomie et de la qualité de vie.
- Permet de continuer à profiter des activités qui vous sont importantes.
- Protège également vos proches en limitant la propagation de certaines infections.

Principaux vaccins recommandés :

- Vaccin contre la grippe (influenza)
- Vaccin contre la COVID-19
- Vaccin contre le pneumocoque
- Vaccin contre la diphtérie et tétanos
- Vaccin contre le zona (gratuité à partir de 71 ans)

Selon vos antécédents médicaux, d'autres vaccins pourraient vous être recommandés, tel que le vaccin contre le virus respiratoire syncytial (VRS).



Où obtenir de l'information

Ne laissez pas les maladies infectieuses affecter votre qualité de vie. Pour plus d'informations, consultez :

- Votre professionnel de santé
- Votre pharmacien
- quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/vaccination



Prenez rendez-vous :

La vaccination est un geste simple, sûr et **gratuit** qui contribue à protéger votre santé et préserver votre autonomie. Prenez rendez-vous dès aujourd'hui :

En ligne :

Rendez-vous sur clicsante.ca

- Sélectionnez le service de vaccination désiré
- Choisissez la date, l'heure et le lieu qui vous conviennent
- Confirmez votre rendez-vous

Par téléphone :

- Composez le **1-844-776-6116**
- Un préposé pourra vous aider à prendre rendez-vous

CLIC
SANTÉ

En ligne: clicsante.ca

Par téléphone: **1-844-776-6116**



Prenez soin de votre santé, un vaccin à la fois!

Guide pratique sur la vaccination des adultes de 65 ans et plus.



COVID-19

Protégez votre santé, faites-vous vacciner !

- La COVID-19 est une infection respiratoire causée par un coronavirus.
- Il se transmet lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue près de nous, ou par contact avec des surfaces ou des objets contaminés.
- Les symptômes de la COVID-19 incluent :



Fièvre



Toux



Mal de gorge



Fatigue



Douleur
musculaires

La **vaccination** constitue la meilleure protection contre les complications graves de la COVID-19.

- Elle prévient les hospitalisations et les décès
- Elle aide à protéger votre santé et votre autonomie

Il est recommandé de se faire vacciner contre la COVID-19 **chaque année** si vous avez :

- 65 ans et plus
- Le diabète
- Une maladie du cœur, des poumons, des reins ou du foie
- Un cancer ou un système immunitaire affaibli

Parlez-en à votre professionnel de la santé ou visitez : **québec.ca**

Prenez rendez-vous :

CLIC
SANTÉ

En ligne: **clicsante.ca**

Par téléphone: **1-844-776-6116**



Prenez soin de votre santé, un vaccin à la fois!

Guide pratique sur la vaccination des adultes de 65 ans et plus.



La grippe (influenza)

Plus qu'un rhume banal : **Faites-vous vacciner**

- La grippe est une infection respiratoire causée par un virus qui circule largement de l'automne au printemps.
- Il se transmet lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue près de nous, ou par contact avec des surfaces ou des objets contaminés.
- Les symptômes de la grippe incluent :



Fièvre



Toux



Maux de tête



Douleur
musculaires



Fatigue

La grippe est plus qu'un simple rhume, elle peut entraîner des complications graves.

La **vaccination** constitue la meilleure protection contre les complications de la grippe.

Elle aide à :

- Réduire les risques de pneumonie et d'hospitalisation
- Maintenir son autonomie et sa qualité de vie

Il est recommandé de se faire vacciner contre la grippe **chaque automne** si vous avez :

- 65 ans et plus
- Le diabète
- Une maladie du cœur, des poumons, des reins ou du foie
- Une obésité importante
- Un cancer ou un système immunitaire affaibli

La vaccination est aussi recommandée aux personnes qui vivent avec une personne à risque élevé de complications ou qui en prennent soin à leur maison (aidants naturels).

Parlez-en à votre professionnel de la santé ou visitez : **québec.ca**

Prenez rendez-vous :

CLIC
SANTÉ

En ligne: **clicsante.ca**

Par téléphone: **1-844-776-6116**



Prenez soin de votre santé, un vaccin à la fois!

Guide pratique sur la vaccination des adultes de 65 ans et plus.



Protégez-vous contre les infections à **pneumocoque**



Qu'est-ce que le pneumocoque?

- C'est une bactérie qui peut causer des infections graves comme une pneumonie.
- Elle se transmet par contact avec les sécrétions du nez ou de la gorge d'une personne infectée.



Saviez-vous que

- La pneumonie à pneumocoque peut survenir à la suite de la grippe.
- Certaines maladies augmentent le risque d'infection à pneumocoque, notamment :
 - Une maladie du cœur, des poumons, du foie ou des reins
 - Le diabète
 - Un système immunitaire affaibli
- La vaccination contre le pneumocoque est recommandée pour **toutes les personnes âgées de 65 ans et plus**.
- La vaccination est gratuite et comporte une seule dose.

Parlez-en à votre professionnel de la santé ou visitez : **québec.ca**

Prenez rendez-vous :

CLIC
SANTÉ

En ligne: **clicsante.ca**

Par téléphone: **1-844-776-6116**



Prenez soin de votre santé, un vaccin à la fois!

Guide pratique sur la vaccination des adultes de 65 ans et plus.



Gardez votre protection à jour contre le **tétanos et la diphtérie**

Qu'est-ce que le tétanos et la diphtérie?

- **Tétanos** : peut causer des raideurs et des spasmes musculaires très douloureux.
- **Diphtérie** : infection de voies respiratoires ou de la peau.
- Ce sont des maladies rares, mais graves, qui peuvent parfois entraîner la mort. Avec l'âge, le risque de complications augmente.



Saviez-vous que

- Le tétanos ne se transmet pas d'une personne à l'autre. Il peut entrer dans le corps par une plaie contaminée (ex : se couper en jardinant).
 - Même si vous avez été vacciné dans le passé, la protection offerte par ce vaccin diminue avec le temps.
-
- 1 dose de rappel contre le tétanos et la diphtérie est recommandée à partir de l'âge de 50 ans.
 - La vaccination est gratuite

Parlez-en à votre professionnel de la santé ou visitez : **québec.ca**

Prenez rendez-vous :

CLIC
SANTÉ

En ligne: **clicsante.ca**

Par téléphone: **1-844-776-6116**



Prenez soin de votre santé, un vaccin à la fois!

Guide pratique sur la vaccination des adultes de 65 ans et plus.



Virus respiratoire syncytial (VRS)

Un geste simple pour **protéger votre santé respiratoire**

- Le VRS est un virus qui infecte les voies respiratoires et les poumons. Il circule davantage lors des mois froids de l'année.
- Il se transmet lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue près de nous, ou par contact avec des surfaces ou des objets contaminés.
- Les symptômes du VRS incluent :



Fièvre



Toux



Mal de gorge



Fatigue



Congestion
nasale

Le VRS peut entraîner des complications graves, comme une pneumonie.

Une dose de vaccin contre le VRS est recommandée pour les personnes plus à risque de complications, notamment si vous avez :

- 18 ans et plus et avez subi une greffe de cellules souches ou une greffe pulmonaire
- 60 ans et plus et vivez dans un établissement de soins longue durée
- 75 ans et plus

Parlez-en à votre professionnel de la santé ou visitez : **québec.ca**

Prenez rendez-vous :

CLIC
SANTÉ

En ligne: **clicsante.ca**

Par téléphone: **1-844-776-6116**



Prenez soin de votre santé, un vaccin à la fois!

Guide pratique sur la vaccination des adultes de 65 ans et plus.



Protégez-vous contre le **zona**

Qu'est-ce que le zona?

- Le zona est causé par la réactivation du virus de la varicelle.
- Il se manifeste par une éruption cutanée douloureuse.



Saviez-vous que

- 1 personne sur 3 aura un épisode de zona au cours de la vie
- 1 personne sur 5 aura des douleurs persistantes après un épisode de zona pouvant durer plusieurs mois

La vaccination réduit le risque de zona de 90%

La vaccination est recommandée pour les personnes suivantes à risque de zona et de complications :

- Personnes immunodéprimées âgées de 18 ans et plus (**Vaccin gratuit**)
- Personnes âgées de 71 ans et plus (**Vaccin gratuit**)
- Personnes âgées de 50 à 70 ans (Vaccin non-gratuit)

Parlez-en à votre professionnel de la santé ou visitez : **québec.ca**

Prenez rendez-vous :

**CLIC
SANTÉ**

En ligne: **clicsante.ca**

Par téléphone: **1-844-776-6116**



Prenez soin de votre santé, un vaccin à la fois!

Guide pratique sur la vaccination des adultes de 65 ans et plus.