

# Vaccination :

bon à savoir !

A quoi ça sert ?

J'ai entendu que...

C'est un truc de gosses !

C'est dangereux ?

J'aime pas les piqûres !

Moi ?

Une information  
pour les jeunes de  
11 à 15 ans.



Sais-tu ce qui est bon  
pour ton corps ?



# Sais-tu ce qui est bon pour ton corps ?



## Et qu'en est-il de la vaccination ?

Plus tu grandis, plus tu peux assumer des responsabilités ; aussi en ce qui concerne ta santé. La vaccination en fait partie : informe-toi et parles-en avec tes parents. Car c'est une décision importante.

# Pourquoi se faire vacciner ?

La vaccination te protège contre bien des maladies qui peuvent avoir de lourdes conséquences sur ta santé. En imitant une infection naturelle, elle aide ainsi ton corps à développer des défenses immunitaires contre les virus et les bactéries.

Tu nous imagines, si on n'était pas vacciné ?



Comment te dire...  
Je ne préfère pas...



# Pourquoi se faire vacciner ?



Vacciné-e, tu protèges aussi ton entourage. Plus il y a de personnes vaccinées, plus celles qui ne peuvent pas l'être sont protégées.

 Malade non-vacciné-e     Vacciné-e     Non-vacciné-e

Peu de vaccinés...



...le microbe se propage !



Nombreux sont vaccinés...



...le microbe est contenu !



# Quelles vaccinations sont disponibles ?

Ça y est, je  
suis protégé !



Et moi qui allais te donner  
un bisou. Tant pis !



# Quelles vaccinations sont disponibles ?

## Primo-vaccinations

Contre certaines maladies, le mieux est de se faire vacciner pour la première fois à ton âge. Cela veut dire que tu n'es probablement pas encore protégé-e contre ces maladies.

## Vaccinations de rappel

Un bon nombre de vaccinations de l'enfance perdent leur efficacité avec le temps. Pour continuer à être bien protégé-e, tu devrais faire une vaccination de rappel.

## Vaccinations à vérifier

Tu devrais déjà être protégé-e contre les maladies de cette catégorie ; soit parce que tu as été vacciné-e durant ton enfance et que la vaccination t'offre une protection à vie, soit parce que tu as déjà eu la maladie.

## Vaccinations complémentaires

Les vaccinations recommandées complémentaires te protègent contre des risques bien définis.

## Vaccinations pour des situations particulières

Certaines vaccinations ne sont recommandées que pour des situations particulières ou doivent être envisagées au cas par cas. Ton médecin peut t'expliquer si les vaccinations suivantes sont utiles pour toi :

- vaccinations pour les voyages,
- vaccination contre l'encéphalite à tique,
- vaccinations en cas de problèmes de santé.

Les cartes suivantes te fourniront des informations détaillées sur les différentes maladies et les vaccinations correspondantes.

# Primo-vaccinations : pourquoi sont-elles importantes ?

Tu es amoureuse ou amoureux et tu vois la vie en rose ; c'est une sensation merveilleuse ! Peut-être as-tu déjà pensé à ton premier rapport sexuel. Tu peux te protéger contre deux infections sexuellement transmissibles par la vaccination. Alors : le mieux est de te faire vacciner avant la première fois !



# Primo-vaccinations : de quoi s'agit-il ?



**Les papillomavirus humains (HPV)** provoquent différents types de cancers, comme le cancer du col de l'utérus ou de l'anus, ainsi que des verrues génitales. Les HPV se transmettent principalement lors de rapports sexuels. Si tu te fais vacciner, tu bénéficieras d'une protection contre les types de HPV les plus fréquents et les plus dangereux. L'idéal est de se faire vacciner deux fois, entre 11 et 14 ans.

La vaccination protège contre les types de HPV les plus dangereux, mais pas contre tous. Les femmes devraient effectuer des examens gynécologiques réguliers dès leurs premières expériences sexuelles.

**L'hépatite B** se transmet lors des contacts sexuels ou par le sang, p. ex., lorsqu'on réutilise des aiguilles pour un tatouage ou un piercing. Une infection peut provoquer une inflammation du foie. Les symptômes typiques sont la fatigue, la fièvre, les nausées et la jaunisse. Lorsqu'une hépatite B persiste, elle peut même provoquer une cirrhose (dégradation du foie) ou un cancer du foie. Tu as peut-être déjà été vacciné-e contre l'hépatite B quand tu étais bébé - demande à tes parents ou consulte ton carnet de vaccination.

# Vaccinations de rappel : pourquoi sont-elles importantes ?

Tu joues au foot, tu tombes et ton genou est en sang : si ta dernière vaccination remonte à trop longtemps, et que de la saleté entre dans la plaie, tu risques d'attraper le tétanos.

Tu sais, porter une armure, c'est pas très pratique pour jouer au foot.

Ben, je suis pas vacciné, alors...



# Vaccinations de rappel : de quoi s'agit-il ?



Une vaccination de rappel peut te protéger contre ces trois maladies :

**Le tétanos** est une maladie infectieuse qui provoque des crampes douloureuses et engendre fréquemment la mort.

**La coqueluche** est désagréable pour les jeunes. Chez les bébés, par contre, cette toux sévère peut provoquer un arrêt respiratoire et même la mort. Vacciné-e, tu protèges aussi les bébés.

**La diphtérie** est une maladie grave des voies respiratoires. Etant donné que la grande majorité des gens sont vaccinés, la maladie n'existe plus en Suisse. Mais si le nombre de personnes vaccinées diminue, elle peut réapparaître.

La vaccination de rappel contre la diphtérie, le tétanos et la coqueluche peut être faite en une seule fois (vaccin combiné). Elle est recommandée entre 11 et 15 ans, puis à nouveau à 25 ans.

# Vaccinations à vérifier : tu devrais déjà être protégé-e contre ces maladies



Demande à tes parents si tu es vacciné-e contre les maladies suivantes ou si tu les as eues. Si oui, tu peux faire une coche. Mais si ce n'est pas le cas, nous te conseillons de te faire vacciner.

- ❑ **La rougeole** est très contagieuse. Les symptômes sont la fièvre, le rhume, la toux, des plaques rouges sur la peau et une inflammation des yeux. Cette maladie peut parfois se compliquer d'une otite, d'une pneumonie et, plus rarement, d'une inflammation du cerveau.
- ❑ **Les oreillons** affectent les glandes salivaires. Occasionnellement, ils peuvent provoquer une surdité, une méningite ou une inflammation des testicules.
- ❑ **La rubéole** est dangereuse durant la grossesse. En effet, si la mère est infectée, l'enfant à naître peut, le cas échéant, avoir des malformations graves.

Il est recommandé d'être vacciné-e deux fois avec un vaccin combiné (ROR) ; il protège simultanément contre la rougeole, les oreillons et la rubéole.

# Vaccinations à vérifier : tu devrais déjà être protégé-e contre ces maladies

Fait, pas fait...



□ **La poliomyélite (ou polio)** peut engendrer une paralysie durable ou même la mort. Grâce au vaccin, le nombre de personnes atteintes dans le monde ne cesse de diminuer. Il est tout de même important que les enfants continuent d'être vaccinés, pour éviter une nouvelle propagation de la maladie.

□ **La varicelle** est très contagieuse. Chez les enfants, elle ne pose en général pas de problème. Par contre, elle peut être dangereuse pour les jeunes et les adultes, car elle provoque parfois de sérieuses complications. Une fois que tu as attrapé la maladie, le virus reste dans ton corps sans être détecté et peut provoquer un zona plus tard dans la vie. Si tu ne t'es pas fait vacciner durant ton enfance et que tu n'as pas eu la varicelle, nous te recommandons la vaccination.

# Vaccinations complémentaires : pour une protection individuelle



Si tu souhaites te protéger contre d'autres risques bien définis, il existe des **vaccinations complémentaires**, par exemple contre les méningocoques.

Les **méningocoques** sont des bactéries qui peuvent parfois provoquer des maladies graves comme une infection du sang ou une méningite. Cela arrive plus souvent chez les adolescents et les jeunes adultes que dans les autres groupes d'âge. Deux vaccins sont disponibles pour te protéger contre différents types de méningocoques. Tu devras te faire vacciner trois fois entre 11 et 15 ans.

## Vaccinations en situation particulière : à quoi dois-je faire attention quand je pars en voyage ?

Crème solaire, appareil photo et vaccinations : quand tu pars en voyage, les lions ne sont pas le seul danger dans la savane, il y a aussi des maladies. Donc : un appareil photo pour les animaux sauvages, et des vaccinations pour te protéger.

Ça y est, j'ai juste pris l'essentiel !

Tu es sûre ? L'essentiel c'est peut-être un carnet !



# Vaccinations en situation particulière : à quoi dois-je faire attention quand je pars en voyage ?

L'hépatite A (inflammation du foie), la fièvre jaune, la rage, la méningite ou l'encéphalite japonaise : si tu n'es pas assez protégé-e, tu peux tomber malade dans certains pays. Si tu prévois un voyage dans des pays lointains, renseigne-toi auprès de ton médecin ou d'un spécialiste en médecine des voyages. Le mieux est d'emporter directement ton carnet de vaccination.

Pense à te renseigner assez tôt, car certaines vaccinations doivent être faites plusieurs semaines à l'avance. Tu pourras ainsi apprécier pleinement ton voyage !



Je ne suis pas ton pire ennemi...

# Vaccinations en situation particulière : la vaccination contre l'encéphalite à tique

Les tiques vivent principalement dans les forêts, à la lisière des forêts, dans les haies, les buissons et dans l'herbe haute. Les tiques peuvent transmettre différentes maladies, notamment l'**encéphalite à tiques (FSME)**, ou méningo-encéphalite verno-estivale. La FSME est présente dans presque toute la Suisse. Où exactement tu peux le voir sur [www.fsme-suisse.ch](http://www.fsme-suisse.ch).

Si tu habites en Suisse, il est probablement judicieux de te faire vacciner contre la FSME.



# Vaccinations en situation particulière



## En cas de problèmes de santé

Si tu es atteint-e d'une maladie chronique ou que ton système immunitaire est affaibli, il peut être judicieux de faire d'autres vaccinations, par exemple contre la grippe ou les pneumocoques.

Pour les vaccinations en cas de problèmes de santé, le mieux est d'en parler avec tes parents et ton médecin.

# La vaccination est-elle dangereuse ?

Comme tout médicament, un vaccin peut aussi avoir des effets indésirables. Ceux-ci sont toutefois bien plus rares que les complications qui résultent des maladies. Après une vaccination, une rougeur ou un gonflement apparaît parfois à l'endroit de la piqûre, lequel peut aussi être douloureux pendant quelques jours. Dans certains cas, il peut y avoir de la fièvre, des douleurs articulaires ou des malaises. Mais d'autres effets indésirables sont extrêmement rares.

**En cas de problème de santé après un vaccin, il faut en parler au médecin.**

TU CROIS QUE C'EST DANGEREUX LA VACCINATION ???

Moins que le volume de ta musique...



Si seulement il n'y  
avait pas cette piqûre..!

Salut !

C'est clair, une piqûre  
n'est pas très agréable ;  
mais elle dure très peu  
de temps et te protège  
longtemps ! Si cela te  
préoccupe, parles-en à  
ton médecin.

Euh... On peut  
négocier...



# Où trouver d'autres informations ?

## Auprès de tes parents et de tes amis

Echange tes idées avec tes parents ou des amis. Qu'en pensent-ils ? Qu'en penses-tu ?

## Chez ton médecin

Ton médecin est là pour répondre à toute question.

## Sur Internet

Le web comporte de nombreux sites d'informations sur les vaccinations.

Nous te recommandons :

[www.sevacciner.ch](http://www.sevacciner.ch)

[www.fsme-suisse.ch](http://www.fsme-suisse.ch)

[www.healthytravel.ch](http://www.healthytravel.ch)

[www.infovac.ch/fr](http://www.infovac.ch/fr)



# Vacciné-e !

© Office fédéral de la santé publique (OFSP)

Editeur :

Office fédéral de la santé publique  
Division Maladies transmissibles  
CH-3003 Berne

Date de publication :  
avril 2024

Ce texte est aussi édité en allemand et en italien

Commandes :

OFCL, Diffusion des publications fédérales, CH-3003 Berne  
<http://www.publicationsfederales.admin.ch>

N° de commande : 316.518.F



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'intérieur DFI  
**Office fédéral de la santé publique (OFSP)**