

PROTÉGEZ-VOUS CONTRE LE ZONA



**Coalition canadienne
pour la sensibilisation et
la promotion de la vaccination**
immunize.ca

POUR STIMULER VOTRE IMMUNITÉ!



Qu'est-ce que le zona?

Le zona, ou herpès zoster, est une maladie douloureuse résultant de la réactivation du virus varicelle-zona (VVZ), le même que celui qui cause la varicelle. Ce virus peut rester inactif pendant de nombreuses années après la guérison de la varicelle puis, pour une raison inconnue, redevenir actif et causer le zona.

Comment savoir si j'ai le zona?

Vous pourriez avoir des démangeaisons, des picotements, une sensation de brûlure ou de la douleur dans une partie du corps bien définie, généralement un côté du corps ou du visage, puis une éruption cutanée avec des cloques. Chez la plupart des gens, une éruption due au zona devient moins douloureuse en guérissant, mais parfois, le zona peut causer de graves douleurs pendant des mois ou même des années après la guérison de l'éruption. On appelle ces douleurs prolongées « algies post-zostériennes » (APZ). D'autres complications associées au zona, dont les infections cutanées et les cicatrices, perturbent les activités de la vie quotidienne (marche, sommeil, activités sociales).

Suis-je à risque?

Environ 90 % des Canadiens ont eu la varicelle et pourraient contracter le zona¹. Le risque augmente avec l'âge.

Vous pourriez contracter le zona même si vous êtes déjà immunisé(e) contre la varicelle.*

Comment puis-je me protéger?

• Une seule dose du vaccin contre l'herpès zoster offre une protection contre le zona.

Qui devrait se faire vacciner?

- Les adultes de 60 ans et plus
- Si vous avez entre 50 et 60 ans, ce vaccin pourrait être bénéfique; demandez à votre médecin de vous expliquer ses avantages et ses inconvénients.

Qui ne devrait PAS recevoir ce vaccin?

- Les adultes dont le système immunitaire est affaibli
- Les adultes allergiques aux composants du vaccin (gélatine ou néomycine)
- Les adultes atteints de tuberculose non traitée
- Les femmes enceintes

Le vaccin contre le zona : parlez-en à votre médecin.

La vaccination n'est pas seulement pour les enfants!

Autres vaccins recommandés aux adultes² :

- dT (rappel contre le tétanos, tous les 10 ans)
- influenza
- pneumocoque
- immunisations des voyageurs, au besoin

Autre ressources de la CCSPV :

- Fiche de vaccination de l'adulte
- Les 10 meilleures raisons de se renseigner sur la vaccination des adultes
- De quels vaccins avez-vous besoin?
- Ai-je besoin de me faire vacciner? (questionnaire)
- Information sur la vaccination sur Internet : Peut-on se fier à ce qu'on lit?

Pour obtenir des ressources et d'autres renseignements sur la vaccination, contactez :

Coalition canadienne pour la sensibilisation et la promotion de la vaccination (CCSPV)

1565, avenue Carling, bureau 400
Ottawa (Ontario) K1Z 8R1
Tél. : 613.725.3769, poste 122
Télééc. : 613.725.9826
Courriel : immunize@cpha.ca

¹ Comité consultatif national de l'immunisation (CCNI), « Mise à jour sur la varicelle », Relevé des maladies transmissibles au Canada, vol. 30, 1-26 (2004), (<http://www.phac-aspc.gc.ca/publicat/ccdr-rmtc/04vol30/acs-dcc-1/index-fra.php>).

² Guide canadien d'immunisation, 7e éd., 2006. Sur Internet : <http://www.phac-aspc.gc.ca/publicat/cig-gci/p03-02-fra.php>

* Le vaccin contre la varicelle ne protège pas contre le zona.

