



Mae Brechu yn achub bywydau

La vaccination sauve des vies



# COVID-19

# vaccination

## Un guide pour les adultes

Révisé en janvier 2021 - French



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES



# Qu'est-ce que COVID-19 ou Coronavirus ?

La COVID-19 est causé par un nouveau coronavirus, connu sous le nom de SARS-CoV-2. Il a été identifié pour la première fois fin 2019.

Elle est très infectieuse et peut entraîner des maladies respiratoires graves.

De nombreuses personnes infectées peuvent n'avoir aucun symptôme ou n'avoir que des symptômes légers. Ceux-ci commencent généralement par une toux, de la fièvre, des maux de tête et une perte du goût ou de l'odorat.

Certaines personnes se sentiront très fatiguées, auront des muscles endoloris, des maux de gorge, de la diarrhée et des vomissements, de la fièvre et de la confusion. Un nombre réduit de personnes sont ensuite atteints d'une maladie grave, qui peut nécessiter une hospitalisation ou une admission aux soins intensifs.

Dans l'ensemble, moins d'une personne infectée sur 100 mourra du COVID-19, mais ce chiffre est plus proche de 1 sur 10 chez les personnes de plus de 75 ans. Il n'existe pas de remède contre le COVID-19, bien que certains traitements récemment testés contribuent à réduire le risque de complications.

## Quel vaccin vais-je recevoir ?

Au Royaume-Uni, nous n'utiliserons que les vaccins COVID-19 qui répondent aux normes de sécurité requises et l'efficacité. Tous les médicaments, y compris les vaccins, font l'objet de tests de sécurité et d'efficacité avant d'être autorisés à être utilisés.

Chaque vaccin a été testé sur des dizaines de milliers de personnes dans plusieurs pays différents et s'est révélé sûr et efficace. Vous recevrez un de ces vaccins en fonction de celui qui est disponible. Ces vaccins n'ont peut-être pas encore obtenu une autorisation de mise sur le marché (licence) complète au Royaume-Uni, mais ils auront été autorisés par l'agence Médecine and Healthcare products Regulatory (MHRA) sur la base d'une évaluation complète de leur sécurité et de leur efficacité.

La MHRA n'approuvera la fourniture d'un vaccin au Royaume-Uni que si les normes de sécurité, de qualité et d'efficacité attendues sont respectées.

Les vaccins actuellement disponibles nécessitent deux doses distinctes pour offrir la meilleure protection à long terme.

## Qui devrait prendre un vaccin COVID-19 ?

Le Comité mixte sur la vaccination et l'immunisation (JCVI), un groupe d'experts indépendants, a recommandé que le NHS offre ces vaccins en premier lieu aux personnes qui courent le plus grand risque d'attraper l'infection et de souffrir de graves complications.

Cela inclut les personnes âgées, les travailleurs sociaux et de santé de première ligne et les personnes souffrant de certaines affections cliniques. Lorsque d'autres vaccins seront disponibles, ils seront proposés dès que possible aux autres personnes à risque.

Le coronavirus peut toucher tout le monde. Si vous êtes une personne âgée et que vous avez un problème de santé de longue durée, Le COVID-19 peut être très grave et dans certain cas fatal.

**Vous devriez vous voir proposé de prendre le vaccin COVID-19 parmi les premiers groupes si vous êtes :**

- une personne vivant ou travaillant dans une maison de soins pour personnes âgées
- un travailleur de la santé de première ligne
- un travailleur social de première ligne
- une personne s'occupant à domicile de soins personnels
- âgés de 65 ans et plus
- dans le groupe cliniquement extrêmement vulnérable

Toute personne appartenant au groupe cliniquement extrêmement vulnérable pourra bénéficier d'un vaccin COVID-19. Le moment où le vaccin vous sera proposé peut dépendre de la gravité de votre état. Votre médecin généraliste peut vous conseiller pour savoir si vous pouvez y prétendre.

**Le vaccin sera également proposé aux personnes âgées de 16 ans et plus souffrant de maladies telles que**

- **le cancer du sang (tel que la leucémie, le lymphome ou le myélome)**
- **diabète**
- **un problème cardiaque**
- **une affection thoracique ou des difficultés respiratoires, y compris la bronchite, l'emphysème ou l'asthme grave**
- **maladie rénale**
- **maladie du foie**
- **une baisse de l'immunité due à une maladie ou à un traitement (comme l'infection par le VIH, les médicaments à base de stéroïdes, la chimiothérapie ou la radiothérapie)**
- **avoir subi une transplantation d'organe**
- **avoir eu un accident vasculaire cérébral ou un accident ischémique transitoire (AIT)**
- **un état neurologique ou de déperdition musculaire, y compris l'épilepsie et la démence**
- **un trouble d'apprentissage grave ou profond**
- **Le syndrome de Down**
- **un problème de rate, par exemple une drépanocytose, ou une ablation de la rate**
- **être en surpoids grave (IMC de 40 et plus)**
- **maladie mentale grave**

Certaines personnes de ces groupes peuvent être cliniquement extrêmement vulnérables et se verront proposé le vaccin plus tôt en tant que membre de ce groupe.

En même temps que les personnes âgées de 16 à 64 ans souffrant de problèmes de santé de longue durée, le vaccin sera également proposé à ces personnes :

- les adultes qui sont les principaux soignants d'une personne âgée ou handicapée dont le bien-être peut être menacé si la personne qui s'en occupe tombe malade
- les jeunes adultes dans les établissements de soins de longue durée et les établissements résidentiels, et le personnel

Après ces groupes, les personnes âgées de 50 à 64 ans se verront proposer la vaccination.

Lorsque davantage de vaccins seront disponibles, ils seront proposés à un plus grand nombre de groupes de la population.

## Je suis enceinte, puis-je avoir le vaccin ?

Les vaccins COVID-19 n'ont pas encore été testés pendant la grossesse, donc jusqu'à ce que davantage d'informations soient disponibles, les femmes enceintes ne devraient pas recevoir systématiquement ce vaccin.

Le Comité mixte sur la vaccination et l'immunisation (JCVI) a reconnu que les avantages potentiels de la vaccination sont particulièrement importants pour certaines femmes enceintes. Il s'agit notamment de celles qui courent un risque élevé d'attraper l'infection ou de celles dont les conditions cliniques les exposent à un risque très élevé de souffrir de graves complications liées à la COVID-19. Dans ces circonstances, vous devriez discuter de la vaccination avec votre médecin ou votre infirmière, et vous pourriez estimer qu'il vaut mieux aller de l'avant et recevoir le vaccin.

Si vous êtes enceinte, vous ne devez pas être vaccinée, sauf si vous êtes à haut risque. Vous pouvez vous faire vacciner après la fin de votre grossesse. Si vous avez reçu la première dose et que vous tombez ensuite enceinte, vous devez reporter la deuxième dose à la fin de votre grossesse, sauf si vous êtes à haut risque.

Il n'est pas conseillé d'éviter une grossesse après avoir été vacciné contre le COVID-19.

## J'allaite, que dois-je faire ?

Il n'existe pas de données sur la sécurité des vaccins COVID-19 chez les personnes qui allaitent ou chez le nourrisson allaité.

Malgré cela, les vaccins COVID-19 ne sont pas considérés comme un risque pour le nourrisson allaité, et les avantages de l'allaitement maternel sont bien connus. C'est pourquoi le JCVI a conseillé que le vaccin puisse être administré pendant l'allaitement. Si vous allaitez, vous pouvez décider d'attendre la fin de l'allaitement et de vous faire vacciner.

## Qui ne peut pas avoir le vaccin ?

Un très petit nombre de personnes ne peuvent pas prendre les vaccins COVID-19. Cela inclut les personnes qui ont eu une réaction allergique grave à l'un des ingrédients dans le vaccin ou à une dose précédente du même vaccin. Si vous avez déjà eu une réaction allergique grave, parlez-en à votre médecin ou à votre infirmière, car un autre vaccin peut être disponible pour vous.

Si vous ne vous sentez pas bien actuellement et que vous avez de la fièvre ou si vous avez eu un test COVID-19 positif au cours des 28 derniers jours, vous devriez prendre un rendez-vous plus tard.

## Le vaccin me protégera-t-il ?

Le vaccin COVID-19 réduira le risque de souffrir de la maladie COVID-19. Des études ont montré des niveaux élevés de protection à court terme de deux à trois semaines après une seule dose de vaccin, mais une deuxième dose est nécessaire pour une protection à plus long terme.

Les vaccins ne contiennent pas d'organismes vivants et sont donc sans danger pour les personnes souffrant de troubles du système immunitaire. Ces personnes pourraient ne pas réagir aussi bien au vaccin.

Comme tous les médicaments, aucun vaccin n'est efficace à 100 % - certaines personnes peuvent encore contracter le COVID-19 malgré une vaccination, mais cela devrait être moins grave.

# Le vaccin aura-t-il des effets secondaires ?

Comme tous les médicaments, les vaccins peuvent provoquer des effets secondaires. La plupart d'entre eux sont légers et de courte durée, et tout le monde ne les ressent pas.

Même si vous présentez des symptômes après la première dose, vous devez quand même recevoir la deuxième dose.

## Parmi les effets secondaires très courants, citons :

- avoir une sensation de douleur, de lourdeur et d'étirement dans le bras où vous avez reçu votre injection pendant plusieurs jours après le vaccin
- se sentir fatigué
- mal de tête
- des douleurs générales ou de légers symptômes de type grippal

Une légère fièvre peut apparaître pendant deux à trois jours après la vaccination, mais une température élevée est inhabituelle et peut indiquer que vous êtes atteint de COVID-19 ou d'une autre infection. Vous pouvez prendre la dose normale de paracétamol (suivez les conseils figurant sur l'emballage) et vous reposer pour vous sentir mieux. Ne dépassez pas la dose normale. Un effet secondaire peu courant est le gonflement des glandes locales.

Les symptômes suivant la vaccination durent normalement moins d'une semaine. Si vos symptômes semblent s'aggraver ou si vous êtes inquiet, consultez le site [111.wales.nhs.uk](https://www.111.wales.nhs.uk) en ligne et, si nécessaire, appelez le NHS 111 Wales sur le 111 ou votre cabinet médical. Si le 111 n'est pas disponible dans votre région, appelez le 0845 46 47. Les appels vers le 111 du NHS au Pays de Galles sont gratuits depuis les téléphones fixes et mobiles. Les appels au 0845 46 47 coûtent 2 pence par minute plus les frais d'accès habituels de votre opérateur téléphonique.



**Si vous demandez conseil à un médecin ou à une infirmière, veillez à leur parler de votre vaccination (montrez-leur votre carnet de vaccination si possible) afin qu'ils puissent vous évaluer correctement.**

Vous pouvez également signaler les effets secondaires suspects des vaccins et des médicaments grâce au système de carte jaune.

Rarement, certaines personnes ont une réaction allergique peu après une vaccination. Il peut s'agir d'une éruption cutanée ou de démangeaisons affectant une partie ou la totalité du corps. Plus rarement encore, certaines personnes peuvent avoir une réaction grave peu après la vaccination, ce qui entraîne des difficultés respiratoires et peut provoquer un collapsus. Cette réaction est appelée anaphylaxie et peut se produire avec d'autres médicaments et aliments. Ces réactions sont rares et les infirmières sont formés pour les gérer. Les personnes qui ont une réaction anaphylactique peuvent être traitées avec succès et se rétablissent généralement en quelques heures.

## **Puis-je attraper le COVID-19 grâce au vaccin ?**

Vous ne pouvez pas attraper le COVID-19 par le vaccin. Mais il est possible d'avoir attrapé le COVID-19 et de ne se rendre compte des symptômes qu'après votre rendez-vous de vaccination.

Les symptômes les plus importants de COVID-19 sont l'apparition récente de l'un des éléments suivants :

- une nouvelle toux continue
- une température élevée
- une perte ou un changement de votre sens normal du goût ou de l'odorat
- certaines personnes ont également un mal de gorge, des maux de tête, une congestion nasale, des diarrhées, des nausées et des vomissements

Si vous présentez l'un des symptômes ci-dessus, restez chez vous et organisez un test.

**Si vous souhaitez obtenir plus d'informations sur les symptômes, consultez le site [111.wales.nhs.uk](https://111.wales.nhs.uk)**



## Que dois-je faire ensuite ?

Vous recevrez des informations sur la date et le lieu de la vaccination. Le jour de votre rendez-vous, portez des vêtements pratiques afin de pouvoir accéder facilement à la partie supérieure de votre bras. Si vous avez peur des aiguilles ou si vous vous sentez anxieux, faites-le savoir à la personne qui vous fait vacciner. Elle sera compréhensive et pourra vous soutenir.

Après avoir reçu la première dose, vous devez prévoir de vous rendre à votre deuxième rendez-vous.

Il est important d'avoir les deux doses du vaccin pour vous donner la meilleure protection à long terme. Conservez votre carte en lieu sûr et assurez-vous de vous présenter à votre prochain rendez-vous pour recevoir votre deuxième dose.

## Que dois-je faire si je ne suis pas bien le jour du rendez-vous ?

Si vous êtes gravement malade et que vous avez de la fièvre, appelez pour annuler et attendez d'être rétabli pour vous faire vacciner. Vous ne devez pas vous faire vacciner si vous êtes en isolation ou attendez un test COVID-19 ou un résultat.



# Puis-je transmettre COVID-19 à n'importe qui, après avoir été vacciné ?

Le vaccin réduira votre risque de tomber gravement malade. Nous ne savons pas encore s'il vous empêchera d'attraper et de transmettre le virus. Donc, il est important que vous continuiez à suivre les conseils du COVID-19 pour protéger les personnes qui vous entourent.

**Pour vous protéger, vous et votre famille, vos amis et vos collègues, vous devez encore le faire :**

- pratiquer la distanciation sociale
- porter un masque facial
- se laver les mains soigneusement et fréquemment
- suivre les orientations actuelles : [gov.wales/coronavirus](https://gov.wales/coronavirus)

## Souvenez-vous :

Le COVID-19 se propage par des gouttelettes expirées par le nez ou la bouche, en particulier lorsque l'on parle ou que l'on tousse. Elle peut également être captée en se touchant les yeux, le nez et la bouche après un contact avec des objets et des surfaces contaminés.

Trois règles pour  
ASSURER LA SÉCURITÉ DU  
PAYS DE GALLES



Lavez vos mains



portez un masque



2m de distance

# Plus d'informations

Vous pouvez trouver plus d'informations sur les vaccins COVID-19, y compris leur contenu et leurs éventuels effets secondaires sur

[111.wales.nhs.uk/coronavirus\(2019ncov\)](https://111.wales.nhs.uk/coronavirus(2019ncov)) et [www.gov.uk/government/collections/mhra-guidance-on-coronavirus-covid-19](https://www.gov.uk/government/collections/mhra-guidance-on-coronavirus-covid-19)

Vous pouvez signaler les effets secondaires suspects en ligne à l'adresse [coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk) chargeant l'application Yellow Card.

Pour savoir comment le NHS utilise vos informations, consultez le site [111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights](https://111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights)

Pour commander d'autres exemplaires de cette brochure, consultez le site [phw.nhs.wales/services-and-teams/health-information-resources/](https://phw.nhs.wales/services-and-teams/health-information-resources/)

Public Health Wales, janvier 2021  
(avec remerciements à Public Health England)

Version 2

ISBN 978-1-78986-154-209

