

Les personnes âgées devraient se faire vacciner contre la COVID-19, la grippe et le VRS.

Les maladies respiratoires, telles que la COVID-19, la grippe (influenza) et le VRS (virus respiratoire syncytial), se propagent par la toux, les éternuements, la parole et la respiration, et sont plus fréquentes en automne et en hiver. Si vous êtes une personne âgée, faites-vous vacciner contre la COVID-19, la grippe et le VRS afin d'être protégé.

De quels vaccins ai-je besoin pour rester en bonne santé ?

Vous devriez vous faire vacciner contre la **COVID-19** et la grippe pour la saison 2025-2026. Ces vaccins ont été mis à jour afin d'offrir une protection contre les souches virales susceptibles de se propager cette saison. Se faire vacciner à nouveau renforce votre protection, qui diminue avec le temps.

Il suffit de se faire vacciner une seule fois contre le VRS. Si vous n'avez jamais été vacciné contre le **VRS**, vous devriez vous faire vacciner contre le VRS si :

- Vous avez 75 ans ou plus.
- Vous avez entre 50 et 74 ans et présentez un risque élevé d'infection par le VRS en raison de certaines conditions médicales, notamment une maladie cardiaque ou pulmonaire chronique ou le fait de résider dans un établissement de soins de longue durée.

Si vous avez des questions concernant la vaccination, consultez votre médecin. Vous devriez également demander à votre prestataire si vous avez besoin de doses supplémentaires du vaccin contre la COVID-19, en particulier si vous êtes immunodéprimé.

Pourquoi est-il important que les personnes âgées se fassent vacciner ?

Les personnes âgées courent un risque accru de tomber gravement malades, d'être hospitalisées et de mourir de la COVID-19, de la grippe et du VRS. Certaines affections médicales sous-jacentes, telles que les maladies chroniques des reins, du cœur ou des poumons et le diabète, augmentent encore davantage le risque de développer une forme grave de ces virus.

De janvier 2020 à juillet 2025, environ 70 % à 85 % des décès liés à la grippe, 50 % à 70 % des hospitalisations liées à la grippe et plus de 75 % des décès liés à la COVID-19 aux États-Unis ont touché des personnes âgées de 65 ans et plus.

Quelle marque de vaccins contre la COVID-19, la grippe et le VRS dois-je choisir ?

Vous pouvez choisir la marque du vaccin contre la **COVID-19** que vous souhaitez recevoir, quels que soient les vaccins que vous avez reçus précédemment. Vous pouvez également choisir la marque du vaccin contre le **VRS** que vous souhaitez recevoir.

Les personnes âgées de 65 ans et plus devraient recevoir un vaccin **antigrippal** à forte dose, adjuvante ou recombinant, car ces vaccins sont plus efficaces chez les personnes âgées que le vaccin antigrippal standard.

Les vaccins contre la COVID-19, la grippe et le VRS ont-ils des effets secondaires ?

Pour la plupart des gens, les effets secondaires sont légers et disparaissent en quelques jours. Les effets secondaires courants comprennent une douleur dans le bras où le vaccin a été administré, des maux de tête, des courbatures et de la fatigue. Vous ne pouvez pas contracter la COVID-19, la grippe ou le VRS à partir des vaccins.

Où puis-je me faire vacciner ?

Demandez à votre prestataire ou à votre pharmacie s'ils proposent la vaccination. Vous pouvez également consulter le site nyc.gov/health/map sélectionnez « Vaccines » (Vaccins), puis choisissez le vaccin souhaité dans le menu « Services ».

Mon assurance maladie couvrira-t-elle la vaccination ?

Medicare et la plupart des autres régimes d'assurance couvrent les vaccinations pour les personnes âgées sans quote-part ni autre participation aux frais. Assurez-vous de vous rendre chez un prestataire qui accepte votre assurance.

Que faire si je n'ai pas d'assurance ?

Des vaccins gratuits contre la COVID-19 et la grippe sont disponibles pour les personnes sans assurance ou dont la couverture d'assurance est limitée. Pour trouver un site proposant des vaccins gratuits, rendez-vous sur nyc.gov/health/map et sélectionnez « Vaccines ». Sous « Services », sélectionnez le vaccin souhaité, puis dans le menu déroulant « Paiement », sélectionnez l'option « Gratuit pour les personnes non assurées ».

Puis-je recevoir les vaccins contre la COVID-19, la grippe et le VRS en même temps ?

Oui, vous pouvez recevoir les trois vaccins en même temps.

Puis-je encore contracter la COVID-19, la grippe ou le VRS si j'ai été vacciné ?

Oui. Bien que les vaccins réduisent le risque d'infection, vous pouvez tout de même être infecté, surtout si le temps écoulé depuis votre vaccination est long. Cependant, si vous êtes infecté, le fait d'avoir été vacciné contribue à réduire les symptômes et le risque de complications, d'hospitalisation et de décès. La vaccination contre la COVID-19 réduit le risque de développer une forme longue de la maladie (symptômes qui persistent pendant des mois, voire plus, après l'infection).

Si vous présentez des symptômes tels que toux, écoulement nasal, congestion, maux de gorge, fièvre ou courbatures, faites-vous tester. De nombreuses pharmacies et cliniques proposent des tests simultanés pour le COVID-19, la grippe et le VRS. Des médicaments sont disponibles pour les personnes âgées atteintes de la COVID-19 ou de la grippe, et le traitement est d'autant plus efficace qu'il est pris tôt. Si vous n'avez pas de prestataire, contactez NYC Health + Hospitals ExpressCare à l'adresse expresscare.nyc ou au 631-397-2273.

En plus de me faire vacciner, quelles autres mesures puis-je prendre pour réduire mon risque de tomber malade ?

- Envisagez de porter un masque bien ajusté dans les espaces intérieurs bondés. Un masque de haute qualité, tel qu'un N95, un KN95 ou un KF94, offre une meilleure protection.
- Évitez de côtoyer des personnes malades.
- Lavez-vous souvent les mains ou utilisez un désinfectant pour les mains et évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche avec des mains non lavées.
- Améliorez la ventilation en ouvrant les fenêtres ou en utilisant un purificateur d'air portable.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur nyc.gov/health/coronavirus, nyc.gov/flu, et nyc.gov/rsv.