

DOSSIER DE PRESSE

[Jeudi 30 octobre 2024



CONTRE LES IDEES REÇUES

5

BONNES RAISONS

DE PROTÉGER LES PLUS FRAGILES FACE AUX ÉPIDÉMIES DE L'HIVER EN OCCITANIE



Contre les idées reçues

5 BONNES RAISONS

de protéger les plus fragiles

face aux épidémies de l'hiver

TRIBUNE POUR LA PREVENTION



La saison automne-hiver est là. Elle va inéluctablement favoriser comme chaque année la circulation des virus et des bactéries. Elle va aussi susciter davantage de consultations médicales, mais aussi des hospitalisations et des décès. Il faut le rappeler. C'est le moment d'adopter les bons réflexes pour se protéger et protéger nos proches les plus fragiles.

Rappeler ces bons réflexes c'est d'abord réaffirmer l'importance de gestes barrières que tout le monde connaît. C'est la première des protections pour tous face aux épidémies pour limiter la circulation des virus de l'hiver. Reste à les appliquer !

Rappeler ces bons réflexes c'est aussi prendre soin des plus fragiles et lutter contre des idées reçues qui jettent le doute sur les solutions de prévention pourtant à la disposition de tous. Tous ensemble, c'est le moment de protéger nos aînés comme les tous petits en étant mieux informés pour éviter des complications inutiles cet hiver.

Grippe

Covid-19

Bronchiolite

Prévenir plutôt que guérir : c'est plein de bon sens. Et c'est justement le sens de notre engagement collectif. C'est une invitation que nous adressons à tous ceux qui prennent soin de patients plus fragiles. Nous tenons tous à nos proches : protégeons-les !

La prévention, c'est notre affaire à tous. Le mode d'emploi de ces bons réflexes est simple, accessible à tous et efficace ! Parlons-en avec nos médecins traitants et tous nos professionnels de santé de proximité. Nous leur faisons confiance pour nous soigner quand nous sommes malades. Leurs conseils de prévention méritent la même confiance pour rester en bonne santé ! Petit à petit, c'est à nous de faire entrer davantage ces bons réflexes de prévention dans nos habitudes de santé, sans attendre d'avoir à être soignés. C'est le sens des bilans prévention auxquels nous sommes maintenant invités aux âges-clés de notre vie. C'est le moment d'agir pour la prévention !



Didier Jaffre, Directeur général de l'AR Occitanie
Philippe Trotabas, Assurance Maladie - Directeur coordonnateur de la gestion du risque en Occitanie et Directeur de la CPAM de l'Hérault
André Guinvarch, Président de France Assos Santé Occitanie
Dr Cécile Murlan, Responsable du Centre d'Appui pour la Prévention des Infections Associées aux Soins (CPIAS Occitanie)

1

Non, les complications d'une infection hivernale ça n'arrive pas qu'aux autres !

Idées reçues

« Je ne suis jamais malade... et de toute façon la grippe comme le Covid je les ai déjà eu et c'était juste comme un gros rhume. Vraiment rien de grave. Alors pourquoi me faire vacciner ? »

Grippe

92 cas graves hospitalisés en réanimation en 2023/2024 en Occitanie

63% n'étaient pas vaccinés (58)
25% sont décédés (18)

La couverture vaccinale contre la grippe a baissé

l'an dernier en Occitanie :

51,5 % en 2022/2023

46,7% en 2023/2024

en particulier chez les personnes de moins de 65 ans fragilisés par une maladie chronique (baisse semblable en France, ce taux passant de 51% à 47,1%)

L'an dernier, la vaccination contre la grippe en Occitanie a seulement protégé

53% des 65 ans et +

24% des – de 65 ans en affection de longue durée

11,73% des femmes

enceintes

Durant la saison 2023-2024, parmi les personnes prises en charge en **réanimation** à la suite de cas graves de **grippe** et de **Covid-19**, une très grande majorité d'entre elles n'étaient pas vaccinées contre les virus alors qu'elles présentaient des facteurs de risque.

Covid-19

72 cas graves hospitalisés en réanimation en 2023/2024 en Occitanie

62% n'étaient pas vaccinés (45)
15% sont décédés (9)

Seulement **27,9%** des + de 65 ans et à peine **1 sur 10** pour ceux qui sont fragilisés par une maladie chronique

ont été vaccinés

contre le Covid-19

l'an dernier en Occitanie

L'an dernier, la vaccination contre le Covid-19 en Occitanie a protégé

19,4% des 65-74 ans

24,9% des 70-74 ans

33,4% des 75-79 ans

34,9% des 80 ans et +

67,4% des résidents

en Ehpad

44% des malades chroniques et 33 % des + de 65 ans

considèrent que **les gestes**

barrières suffisent

contre le Covid-19

Bronchiolite

La bronchiolite est une maladie fréquente chez les jeunes enfants.

30% des enfants de moins de 2 ans

sont touchés par la bronchiolite chaque hiver.

La bronchiolite est majoritairement bénigne mais elle peut être à l'origine de complications graves chez le nourrisson. Elle reste la première cause d'hospitalisation des enfants de moins d'un an pendant chaque saison hivernale.

En Occitanie, l'hiver dernier :

3999 passages aux urgences

(17% de l'activité liée aux passages aux urgences d'enfants de moins de 2 ans)

1446 enfants de moins de 2 ans hospitalisés

(en moyenne 131 par semaine)

« Je suis jeune et en bonne santé, je n'ai pas besoin de me faire vacciner. Ce sont surtout les personnes âgées qui doivent s'en préoccuper. »

Etre jeune et en bonne santé, c'est une chance ! Mais nous avons tous des proches plus fragiles autour de nous : ce sont eux qu'il faut protéger. Ça commence en évitant les embrassades des bébés ou de nos aînés quand les virus sont en pleine activité épidémique. Ça nous donne aussi un rôle d'ambassadeur de la prévention : la vaccination et les mesures de protection, parlons-en avec nos proches. Actuellement, les couvertures vaccinales restent très insuffisantes, freinées par des idées reçues. C'est à chacun de nous de réagir pour protéger tous ceux auxquels nous tenons !

Grippe

La grippe est une maladie particulièrement grave pour les personnes à risque. Elle touche chaque hiver entre 2 et 6 millions de personnes. Elle est également responsable de nombreuses hospitalisations et de nombreux décès chez les personnes fragiles, car elles peuvent faire une forme grave de la grippe et des complications peuvent alors apparaître. En moyenne, en France, 2 000 vies sont sauvées chaque année chez les seniors de 65 ans et plus grâce à la vaccination lors des épidémies de grippe. 3 000 vies supplémentaires pourraient l'être chaque année si la couverture vaccinale sur le territoire atteignait l'objectif de 75 % fixé par l'Organisation mondiale de la santé.

La couverture vaccinale contre la grippe reste très insuffisante en Occitanie comme partout en France. Après une augmentation lors de la saison 2020-2021 (Epidémie de COVID-19), la couverture antigrippale chez les personnes à risque de formes sévères est en diminution ces dernières saisons. Au plan national, parmi l'ensemble des personnes à risque de grippe sévère, la couverture vaccinale a baissé de 8,7 points entre les saisons 2020-2021 et 2023-2024... Ces couvertures sont également en baisse par rapport à la saison précédente pour la vaccination des résidents en EHPAD même si ces indicateurs restent plus élevés : 83,6% des résidents étaient protégés par le vaccin contre la grippe l'an dernier en Occitanie (83,3 % au niveau national). Pour la saison 2023-2024, au niveau national, la couverture vaccinale contre la grippe des professionnels exerçant en Ehpads était seulement de 20% en Occitanie (22,4 % au niveau national).

Couvertures vaccinales Grippe 2023-2024 en %

Source : Observatoire cartographique
Géodes_Santé publique France

	Vaccination grippe Personnes fragiles 2023-2024	Vaccination grippe < 65 ans en ALD 2023-2024	Vaccination grippe 65ans et plus 2023-2024
Ariège	43,2	23,4	48,1
Aude	45,5	22,9	51,4
Aveyron	48,2	26	52,9
Gard	46,7	24	52,9
Haute-Garonne	47,6	24,3	56,1
Gers	47,7	26,3	52,5
Hérault	47,3	23,8	54,3
Lot	45,7	23,6	50
Lozère	46,6	27,3	51,1
Hautes-Pyrénées	47,4	25,1	52,6
Pyrénées-Orientales	44,4	21,5	50,3
Tarn	47	24,4	52,8
Tarn-et-Garonne	45,7	24,5	52
Occitanie	46,7	24	53
FRANCE	47,1	25,4	54

Covid-19

Lors de la dernière campagne de vaccination qui s’est déroulée d’octobre 2023 à février 2024, près de 4,5 millions de personnes âgées de 65 ans et plus, ont reçu une dose de vaccin contre le Covid 19. Lors de cette campagne nationale, **29,1 % des vaccinations contre le Covid-19 ont été réalisées en même temps qu’un vaccin contre la grippe chez les personnes âgées de 65 ans et plus.**

Les couvertures vaccinales sont les plus faibles dans le sud-est de la France, en Occitanie, en Provence-Alpes-Côte d’Azur et en Corse. Elles varient beaucoup selon les tranches d’âge. **En moyenne en Occitanie, 27,9% des personnes âgées de 65 ans et plus ont été vaccinées contre le Covid-19 l’hiver dernier. Ce taux de vaccination atteint 67,4% chez les résidents en EHPAD pour la saison 2023-2024 (68,4% au plan national).**

En revanche, **ces couvertures vaccinales restent très faibles chez les professionnels de santé** : elles sont estimées à 9,9 % pour ceux qui exercent en EHPAD, 11,1 % pour les libéraux et 12,2 % pour ceux des établissements de santé.

Couvertures vaccinales COVID-19 Automne 2023 en %

Source : Observatoire cartographique
Géodes_Santé publique France

	65-69 ans	70-74 ans	75-79 ans	80 ans et plus
Ariège	16,3	21,1	28,3	28,8
Aude	18,1	23,2	30	31,4
Aveyron	14,8	19	27,7	28,4
Gard	20	26,1	35,3	37,1
Haute-Garonne	22,4	27,8	36,5	39,2
Gers	19,7	25	33	33,5
Hérault	20,6	27,2	36,3	37,8
Lot	17,6	22,5	30,9	31,6
Lozère	12,3	16,7	24,4	25,3
Hautes-Pyrénées	17,2	22,8	30,2	31,4
Pyrénées-Orientales	18,7	23,9	32,2	34,2
Tarn	18	23,4	31,2	32,3
Tarn-et-Garonne	18,1	24,3	32,1	34,5
Occitanie	19,4	24,9	33,4	34,9
FRANCE	21,6	27,5	36	36,9

Bronchiolite

La bronchiolite est une infection respiratoire des petites bronches liée à un virus très répandu en automne et en hiver, le virus respiratoire syncytial (VRS). **Cette épidémie saisonnière débute généralement mi-octobre et se termine à la fin de l’hiver en mars, avec un pic durant le mois de décembre.**

Les adultes et les grands enfants, porteurs du VRS, n’ont habituellement aucun signe ou ont un simple rhume. Ainsi, beaucoup de personnes transportent le virus et sont contagieuses sans le savoir. **Le rhume peut être à l’origine d’une bronchiolite chez le nourrisson.** Le virus se transmet par la salive, les éternuements, la toux ainsi que le matériel souillé par ceux-ci et par les mains. La bronchiolite débute par un simple rhume (nez bouché ou qui coule) et l’enfant tousse un peu. Puis, la toux est plus fréquente, la respiration peut devenir sifflante. **L’enfant peut être gêné pour respirer, avoir du mal à manger et à dormir, et avoir de la fièvre.** Souvent bénigne, la bronchiolite guérit spontanément au bout de 5 à 10 jours mais la toux peut persister pendant 2 à 4 semaines. Les parents sont invités à consulter en priorité leur médecin traitant.

2

Oui, face aux risques, des solutions efficaces sont accessibles à tous pour protéger nos proches les plus fragiles. C'est maintenant qu'il faut réagir sans attendre les virus !

Idées reçues

« J'entends tout et son contraire. Un jour on dit que c'est efficace, le lendemain on dit qu'il y a des risques. Du coup, je ne sais plus qui croire, chaque expert a son avis, je préfère ne pas prendre de risque. »

Grippe

Covid-19

Bronchiolite

83,7 % des français sont favorables à la vaccination en général (Baromètre Santé Publique France 2023)

C'est essentiel face aux risques liés à la grippe comme au Covid-19 ! Bien sûr, les gestes barrières diminuent les risques de contamination, mais ils ne confèrent pas pour autant une protection aussi importante que celle procurée par la vaccination, qui reste le geste de protection le plus efficace contre les formes graves de ces maladies.

La dangerosité des formes graves de la grippe et du Covid-19 est clairement supérieure aux effets indésirables des vaccins qui sont dans la grande majorité des cas très bien tolérés.

La balance bénéfice-risque est ainsi largement en faveur des vaccins.



✉ En Occitanie, plus de 1,6 M de personnes à risque sont invitées cette année à se protéger par la double vaccination face aux virus de la grippe et du Covid-19

La solution efficace, c'est la double vaccination grippe/Covid-19. C'est le réflexe de protection hivernale indispensable pour éviter aux personnes à risques des formes graves de complications.

“Parce que vous pouvez les croiser n'importe où, faites-vous vacciner contre la grippe et le Covid-19”

Une campagne nationale de sensibilisation grand public diffusée par l'Assurance Maladie en ce moment.

La solution efficace c'est à la fois :

Des **gestes barrières** simples et quotidiens

+ Un **vaccin** pour les femmes enceintes

+ Un **traitement préventif** pour les plus petits pour les protéger et les immuniser



“La bronchiolite, je l'évite”

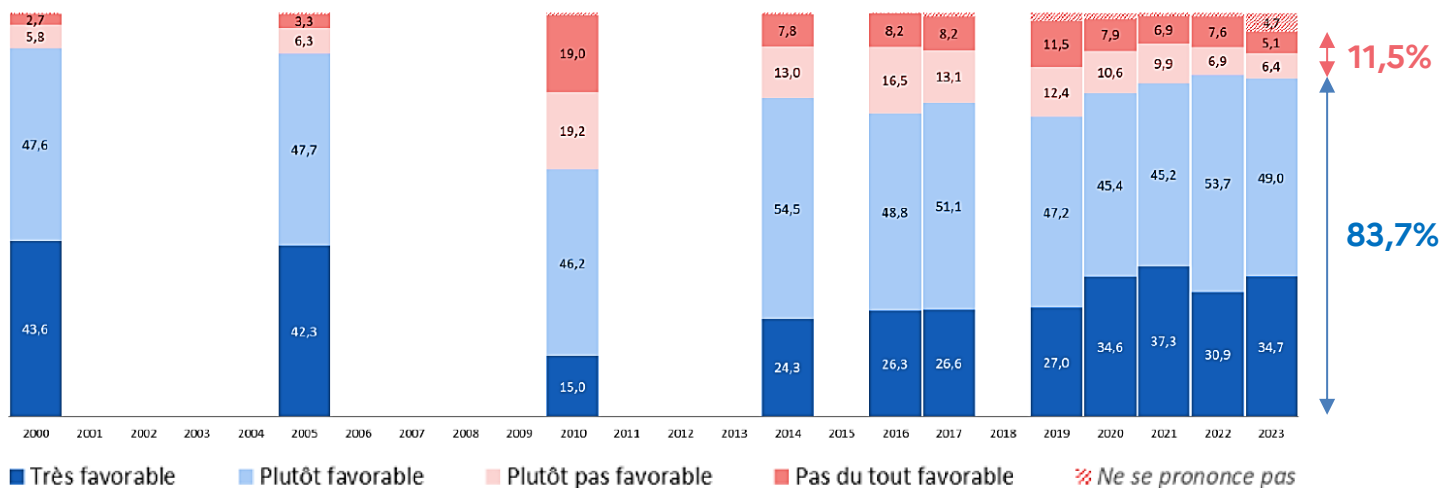
Une campagne nationale de sensibilisation grand public

L'adhésion à la vaccination, parlons-en : elle reste stable... et contrairement aux idées reçues, une très grande majorité des français se déclarent plutôt favorables.

En 2023, 83,7 % des français interrogés dans le cadre du Baromètre de Santé Publique France déclarent être favorables à la vaccination en général, adhésion qui apparaît globalement stable par rapport aux années précédentes (84,6% en 2022 et 82,5% en 2021). Contrairement aux idées reçues, c'est un niveau d'adhésion qui est supérieur à celui observé pendant les années antérieures à la pandémie de Covid-19, entre 2010 et 2019. Par ailleurs, la proportion d'avis « très favorables » (34,7%), qui avait connu une baisse en 2022 (30,9%), retrouve les niveaux observés en 2020 et 2021 (respectivement de 34,6% et 37,3%). En revanche, comme les années précédentes, une différence est toujours observée en fonction du niveau d'éducation et de la situation financière : les personnes disposant des diplômes et des revenus les plus bas sont celles qui présentent l'adhésion vaccinale la plus faible. Elle est également significativement inférieure parmi les personnes déclarant vivre seules.

Evolution de l'adhésion à la vaccination en général parmi les 18-75 ans résidant en France métropolitaine (en %)

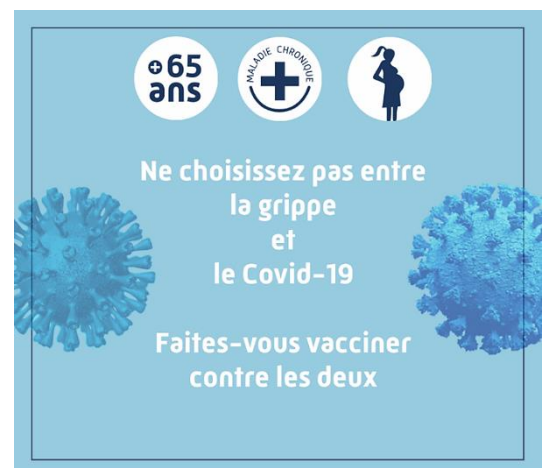
(Source : Baromètres de Santé
publique France 2000-2023)



Reste à traduire plus fréquemment cette adhésion en actes très concrets de protection par les gestes barrières et la vaccination !

La stratégie de prévention contre les virus respiratoires repose sur 2 piliers complémentaires :

- **Prévenir avec les gestes barrières** : pour tous, l'adoption des **gestes barrières** est recommandée pour se prémunir des infections respiratoires et de leurs complications en limitant le risque de diffusion et de transmission de ces virus à l'entourage, en particulier aux personnes les plus fragiles.
- **Protéger avec la vaccination** : elle constitue le meilleur moyen de protection des personnes à risque de développer des formes graves voire mortelles de Covid-19 et de grippe. Des **anticorps monoclonaux** sont également disponibles en vue de la prévention de la bronchiolite chez le nourrisson.



L'efficacité de chacune de ces mesures est optimisée en les combinant.

Grippe & Covid-19

Une double vaccination pour être doublement protégé

Les vaccins contre la grippe saisonnière ou le Covid-19 mettent environ 15 jours pour être efficace. La circulation du Covid-19 va s'intensifier en période hivernale : n'attendez pas pour vous faire vacciner ! Les personnes éligibles peuvent recevoir les 2 vaccinations grippe et Covid-19, soit de manière concomitante sur deux points d'injection différents, soit en deux temps. Il n'y a pas de délai minimum à respecter entre les deux vaccinations si celles-ci ne peuvent pas être réalisées en même temps.

Pour faciliter la plus large administration possible des vaccins contre la grippe et le Covid-19, ces vaccins peuvent être administrés par un médecin, un infirmier, un pharmacien, ou une sage-femme. Pour les publics fragiles, la vaccination grippe est prise en charge à 100 % sur présentation de la carte Vitale et du bon de prise en charge de l'Assurance Maladie. En outre, toute personne désireuse de se faire vacciner gratuitement contre le Covid-19, même si elle n'est pas concernée par les recommandations vaccinales, pourra être vaccinée. La vaccination contre la grippe et le Covid-19 est également recommandée pour l'entourage de ces personnes vulnérables, ainsi que pour les professionnels des secteurs médical et social, selon les modalités de prise en charge disponibles sur [ameli.fr](https://www.ameli.fr).

Vaccination concomitante ou séparée ?

Les deux vaccinations peuvent être pratiquées dans le même temps, sur deux points d'injection différents. **La vaccination concomitante contre le Covid-19 et contre la grippe saisonnière est recommandée, dès lors qu'une personne est éligible aux deux vaccinations, et ceci quel que soit son âge.**

En pratique : en cas d'injections concomitantes

- Choisir le professionnel de santé (médecin, infirmier, pharmacien, sage-femme) auprès de qui vous souhaitez vous faire vacciner contre la grippe et le Covid-19 et demandez un rendez-vous en signalant l'objet de la consultation, car les professionnels de santé organisent souvent des séances de vaccination au cours desquelles plusieurs personnes se font vacciner.
- Muni du bon de prise en charge du vaccin contre la grippe et de votre carte Vitale, vous retirez le vaccin antigrippal en pharmacie et vous vous faites vacciner directement à la pharmacie ou vous le conservez au froid jusqu'à votre rendez-vous avec le professionnel de santé qui vous vaccinera. Le jour du rendez-vous, vous n'oubliez pas d'emporter avec vous votre vaccin contre la grippe. Le professionnel de santé l'utilisera pour vous vacciner. Il vous vaccinera également contre le Covid-19 avec le vaccin qu'il se sera lui-même préalablement procuré.
- Si la vaccination a lieu en officine de pharmacie, il suffit que vous vous y rendiez le jour choisi, muni du bon de prise en charge du vaccin contre la grippe. Le pharmacien pourra vous vacciner à la fois contre la grippe et le Covid-19. Certaines pharmacies organisent des séances de vaccination, peut-être que le pharmacien pourrait vous demander de repasser plus tard à la faveur d'une séance.

En pratique : en cas d'injections réalisées séparément

Si les vaccins contre la grippe et contre le Covid-19 ne sont pas administrés dans le même temps, les vaccins peuvent être injectés sans délai minimum à respecter entre les deux injections.

- Vaccination contre le Covid-19 : vous choisissez le professionnel de santé (médecin, infirmier, pharmacien, sage-femme) auprès de qui vous souhaitez vous faire vacciner contre le Covid-19 et demandez un rendez-vous en signalant l'objet de la consultation. C'est le professionnel qui vous vaccinera qui se procurera directement le vaccin, vous n'avez donc pas besoin d'aller le chercher en pharmacie.
- Vaccination contre la grippe : muni du bon de prise en charge du vaccin contre la grippe et de votre carte Vitale, vous retirez le vaccin antigrippal en pharmacie et le conservez au froid jusqu'à votre rendez-vous avec le professionnel de santé qui vous vaccinera (médecin, pharmacien, infirmier, sage-femme). Si la vaccination a lieu en officine de pharmacie, il suffit que vous vous y rendiez le jour choisi, avec votre bon de prise en charge. Certaines pharmacies organisent des séances de vaccination, peut-être que le pharmacien pourrait vous demander de repasser plus tard à la faveur d'une séance.

Bronchiolite

La prévention de la bronchiolite est, cette année encore, une priorité essentielle de prévention auprès des nourrissons. Grâce à une stratégie de prévention robuste, les autorités sanitaires renforcent la sensibilisation des parents aux causes, symptômes, contagiosité de cette infection, et les informent des gestes simples et moyens préventifs disponibles pour s'en prémunir.

Des traitements préventifs efficaces

La vaccination maternelle et l'immunisation du nourrisson par anticorps monoclonaux sont deux stratégies alternatives :

Un vaccin pour les femmes enceintes

Abrysvo® permet aux parents de choisir une stratégie qui repose sur une injection à la mère pendant sa grossesse, et non au nouveau-né. Cette solution de vaccination vient ainsi compléter l'éventail des traitements préventifs qui étaient déjà disponibles. Injecté entre la fin du septième mois et la fin du huitième mois de grossesse, le vaccin Abrysvo® permet à la femme enceinte de fabriquer des anticorps qu'elle transmet à son enfant à travers le placenta. Grâce à cette vaccination de la mère, le nourrisson est ainsi protégé dès sa naissance et jusqu'à l'âge de 6 mois contre le VRS.



Des anticorps pour les nourrissons

Les deux traitements préventifs, Synagis® et Beyfortus®, qui sont des anticorps monoclonaux, proposés aux nouveau-nés sous forme d'injection, sont de nouveau disponibles cette année :

- Beyfortus®, mis à disposition en France pour la première fois l'année dernière, est destiné aux nourrissons de moins d'un an, y compris aux nouveau-nés. L'an dernier, la campagne d'immunisation Beyfortus® a montré des signes très positifs avec une adhésion des parents de plus de 80 %, et a permis d'éviter 5 800 hospitalisations pour bronchiolite à VRS selon les travaux de modélisation de Santé publique France et de l'Institut Pasteur. Cette année, deux fois plus de doses seront disponibles (à l'hôpital et pour la première fois en pharmacie).
- Synagis®, quant à lui, est indiqué chez certains enfants prématurés et chez les nourrissons à haut risque (chez les enfants porteurs d'une malformation cardiaque ou pulmonaire, en fonction de l'avis des spécialistes qui les suivent).

Des gestes simples pour diminuer la transmission du virus

Pour limiter la transmission du VRS et ainsi éviter la bronchiolite aux plus petits, il est important, pour les parents, les frères et les sœurs, et tout l'entourage proche du nouveau-né, de veiller à respecter les gestes barrières du quotidien :

- Se laver les mains pendant 30 secondes, avec de l'eau et du savon avant et après un change et avant tétée, câlins, biberon, repas, etc.
- Utiliser une solution hydro-alcoolique, s'il n'est pas possible de se laver les mains.
- Ouvrir les fenêtres de la pièce où il dort au moins 10 minutes par jour pour aérer.
- Porter un masque en cas de rhume, toux ou fièvre.
- Éviter, quand cela est possible, d'emmener son enfant dans les endroits publics confinés (transports en commun, centres commerciaux, etc.) où il risquerait d'être en contact avec des personnes enrhumées.
- Limiter les visites au cercle des adultes très proches et non malades, pas de bisous, ni passage de bras en bras, éviter les visites de jeunes enfants aux nourrissons de moins de 3 mois.
- Éviter d'embrasser le bébé sur le visage et sur les mains.
- Ne partager pas les biberons, sucettes ou couverts non lavés.
- Laver régulièrement jouets et "doudous".
- Éviter de fumer à côté des bébés et des enfants.

3

Oui, la confiance est là envers les professionnels de santé qui nous soignent près de chez nous. Alors parlons aussi prévention en confiance avec eux : ils nous conseillent pour protéger notre santé

« Je lis des articles qui disent le contraire de ce que mon médecin m'a dit, alors à qui faire confiance ? »

Idées reçues

« Chaque professionnel a son avis, mais ça ne me donne pas confiance dans le système de santé. »

**On ne se soigne pas sur internet ou sur les réseaux sociaux.
Chaque fois que nous sommes malades, les professionnels de santé que nous consultons sont nos interlocuteurs de proximité. Nous leur faisons confiance pour être soignés. Ils sont à nos côtés tout au long de notre vie, de notre naissance jusqu'à nos derniers jours, pour veiller sur notre santé.**

**Nos médecins traitants et tous nos professionnels de proximité sont de plus en plus actifs pour nous aider à prendre en main notre santé. C'est notre affaire à tous !
Alors, autant suivre leurs conseils de prévention avec la même confiance !**

Dans cette relation de confiance, ils sont tous invités à montrer l'exemple pour se protéger eux aussi face aux épidémies de l'hiver.

Nos professionnels de santé nous conseillent

Les professionnels de santé jouent un rôle essentiel pour informer leurs patients, et les accompagner pour traverser les périodes de circulation plus active des virus hivernaux. Ces messages de prévention sont adressés en priorité aux personnes les plus fragiles, pour lesquelles la vaccination contre la grippe est recommandée et qui sont également celles à risque d'infection grave au Covid-19. Ils leur rappellent à quel point il est nécessaire qu'elles soient vaccinées à la fois contre le Covid-19 et la grippe.

Ce rôle de conseil est l'occasion d'un dialogue avec le médecin traitant comme avec l'ensemble des professionnels de santé de proximité. Ils sont tous des interlocuteurs privilégiés pour répondre aux questions que chacun peut se poser et délivrer une information complète et loyale sur la vaccination, ses bénéfices attendus et ses risques d'effets secondaires.

À nous tous en tant que patients, tous ces professionnels de santé nous rappellent l'importance des gestes barrières qui permettent de limiter la propagation des virus, notamment respiratoires : ils permettent ainsi de se protéger et de protéger tous nos proches de la grippe saisonnière, du Covid-19 comme de la bronchiolite.

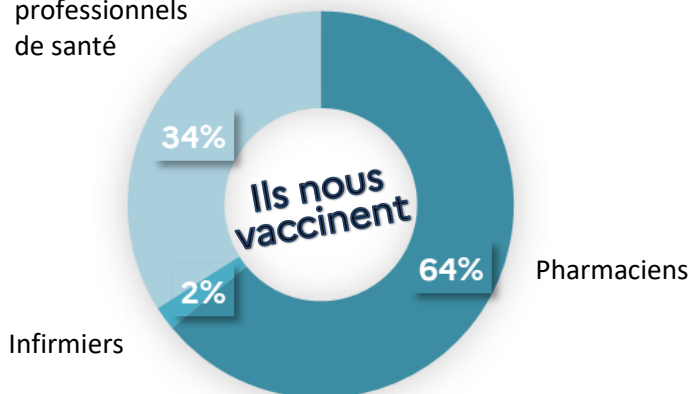
A l'approche d'une période épidémique, c'est le moment de protéger les plus fragiles... et c'est le moment de renforcer nos échanges avec nos soignants. Nous leur faisons confiance chaque fois que nous sommes malades. Alors autant suivre leurs conseils de prévention avec la même confiance sans attendre l'arrivée des virus !

Nos professionnels de santé nous protègent

Récemment, des textes réglementaires ont élargi les compétences de certains professionnels de santé en matière de vaccination contre la grippe saisonnière et contre le Covid-19.

Au-delà du rôle habituel des médecins-traitants, la possibilité de se faire vacciner par d'autres professionnels de santé est bien accueillie par les Français. C'est même aujourd'hui un levier essentiel à la progression de la couverture vaccinale. Ainsi les pharmaciens officinaux sont devenus les premiers professionnels de santé à nous protéger par la vaccination.

Autres professionnels de santé



Vaccination contre la grippe saisonnière 2023-2024 en Occitanie : répartition des injections par catégorie de professionnels de santé

	Vaccination contre la grippe saisonnière 2023-2024 en Occitanie : répartition des injections par catégorie de professionnels de santé		
	Pharmaciens	Infirmiers	Autres professionnels de santé
ARIEGE	56%	3%	41%
AUDE	61%	1%	37%
AVEYRON	59%	3%	39%
GARD	68%	2%	30%
HAUTE GARONNE	66%	1%	33%
GERS	60%	1%	39%
HERAULT	67%	1%	32%
LOT	58%	2%	39%
LOZERE	51%	3%	46%
HAUTES PYRENEES	62%	1%	36%
PYRENEES ORIENTALES	67%	1%	31%
TARN	59%	2%	39%
TARN ET GARONNE	63%	1%	36%
Occitanie	64%	2%	34%

Source :
SIAM –
ERASME –
RG hors SLM

Nos professionnels de santé se protègent

La vaccination contre la grippe, comme celle contre le Covid-19 est recommandée pour les professionnels de santé en contact régulier avec des sujets à risque de grippe grave. Elle permet de les protéger mais également de limiter les risques de transmission de la grippe à leurs patients. Se vacciner en tant que professionnel de santé, c'est d'abord protéger les sujets les plus vulnérables.

Les professionnels de santé libéraux invités par l'Assurance Maladie à se faire vacciner sont : les médecins généralistes, gynécologues, pédiatres, cardiologues, endocrinologues, gériatres, néphrologues, pneumologues, rhumatologues, infirmiers, sages-femmes, masseurs-kinésithérapeutes, pharmaciens titulaires d'officine et chirurgiens-dentistes, pédicures-podologues, orthophonistes et orthoptistes libéraux. Leur vaccin est pris en charge à 100 % par l'Assurance Maladie et l'injection dans les conditions habituelles. La vaccination des professionnels de santé salariés est organisée par leur employeur.

4

Oui, pour freiner la circulation des virus de l'hiver, les gestes barrières sont toujours d'actualité. Dès que des virus circulent, c'est le bon réflexe pour nous protéger tous !

Idées reçues

« J'en ai marre des gestes barrières. Ça fait des années qu'on nous demande de nous laver les mains sans arrêt et de porter un masque, je n'en peux plus. »

« Une fois vacciné(e), je n'ai plus besoin des gestes barrières ! »

Idées reçues

« Les gestes barrières sont trop compliqués à respecter... »

Les gestes barrières, même nos enfants les connaissent très bien. Les idées reçues sont pourtant encore nombreuses.

Il peut être difficile de s'y retrouver...

Mais avec un peu de bonne volonté et beaucoup de bon sens, le bon réflexe est très simple : en cas d'infection respiratoire, on se protège pour éviter de faire circuler les virus autour de nous. Nous avons tous mieux à faire cet hiver qu'être malade ! Retrouvez des réponses claires et fiables sur santé.fr

Nourrissons, personnes âgées, malades chroniques ou femmes enceintes... : ces personnes vulnérables sont plus exposées aux virus et risquent des formes plus graves de complications. Des gestes simples du quotidien permettent de réduire la propagation et la transmission des infections virales en période d'épidémie. Ces « gestes barrières » font barrage aux virus et contribuent à nous protéger et à protéger notre entourage. Ils sont indispensables en période de circulation des virus hivernaux.

Les bons réflexes sont les suivants :

- Le port du masque dès l'apparition de symptômes, dans les lieux fréquentés, en présence de personnes fragiles et à risque de formes graves,
- L'aération et la ventilation régulière des espaces de vie,
- Le lavage régulier des mains,
- L'utilisation de mouchoirs à usage unique
- Tousser ou éternuer dans son coude,
- La distanciation physique lors des épidémies et limiter les contacts.

Ces gestes barrières doivent être appliqués par toute la population, y compris les personnes vaccinées.

Respecter systématiquement les gestes barrières en cas de symptômes (fièvre, toux) doit rester un réflexe pour chacun de nous pour protéger les autres.



5

Oui, nos habitudes de soins doivent changer. Eviter les ennuis de santé, c'est le bon réflexe pour tous, à tout âge et toute l'année. Faisons notre Bilan Prévention aux âges-clés de la vie !

Idées
reçues

« Je me sens bien,
pourquoi
m'inquiéter ?
Ça va me rendre
malade ! »

« Je vis déjà comme
ça depuis des
années, pourquoi
changer
maintenant ? »

Nous avons tous un rôle très actif à jouer pour notre santé. A chacun d'entre nous d'avoir de bons réflexes de prévention pour :

- Éviter la survenue de maladies chroniques en identifiant les facteurs de risques.
- Prévenir la dégradation de notre santé mentale.
- Programmer des dépistages et rappels de vaccinations si besoin.
- Vivre mieux et plus longtemps en bonne santé.

Pour nous aider dans ces nouvelles habitudes de santé, nous sommes tous invités à de nouveaux rendez-vous aux âges-clés de la vie : c'est « Mon bilan prévention »

Mon Bilan Prévention est un temps d'échange privilégié avec un professionnel de santé (médecin, infirmier, sage-femme ou pharmacien) qui permet de faire le point sur ses habitudes de vie (nutrition, sommeil, activité physique, addictions, bien-être mental et social, santé sexuelle) et de développer les bons comportements grâce à des conseils adaptés (à l'âge et la situation individuelle).

En cette période de protection contre les virus de l'hiver, ce bilan permet également d'informer et d'accompagner les assurés dans leurs démarches de vaccination, renforçant ainsi leur protection face à des maladies comme la grippe ou le Covid-19.

C'est un rendez-vous qui contribue aussi à lutter contre les inégalités sociales de santé, particulièrement chez les personnes vulnérables ou éloignées du système de santé.

Ce dispositif cible des âges clés de la vie : 18-25 ans, 45 - 50 ans, 60 - 65 ans, 70-75 ans.



En pratique : un rendez-vous santé personnalisé et pris en charge à 100% par l'Assurance Maladie, sans avance de frais

21 millions de français sont invités à leur Bilan Prévention cette année. Ce dispositif se prépare en amont à l'aide d'un auto-questionnaire adapté en fonction de la tranche d'âge, disponible sur Mon Espace Santé (après connexion) ou le site du ministère de la Santé.

Après avoir pris rendez-vous avec l'un des professionnels de santé de son choix qui propose ces bilans (cartographie disponible sur Santé.fr), le Bilan Prévention s'effectue à l'occasion d'une consultation de 30 à 45 minutes en moyenne.

Un échange avec le professionnel de santé sur vos habitudes de vie permet de déterminer ensemble une ou deux priorités en matière de prévention en santé. A l'issue de cet entretien, un Plan personnalisé de prévention est rédigé et transmis à votre médecin traitant.

« Mon Bilan Prévention » est pris en charge à 100 % par l'Assurance maladie et la Mutualité sociale agricole pour tous les assurés sociaux, sans avance de frais.

Premiers indicateurs : le dispositif national

Mon Bilan Prévention

vient tout juste d'être lancé d'être lancé partout en France. Dans notre région, 2744 personnes ont déjà bénéficié de ce bilan. C'est un premier indicateur prometteur pour ces rendez-vous de prévention : l'Occitanie se classe actuellement en 2^{ème} position au plan national pour la réalisation de ces premiers « Bilan Prévention » (après la région PACA).

Mon Bilan Prévention

Mon Bilan Prévention, c'est quoi ?

C'est une façon simple de faire le point sur ma santé et mes habitudes de vie, à certains âges clés. Je le fais avec un médecin, un pharmacien, une infirmière ou une sage-femme pour bénéficier de conseils personnalisés et vivre en bonne santé plus longtemps.

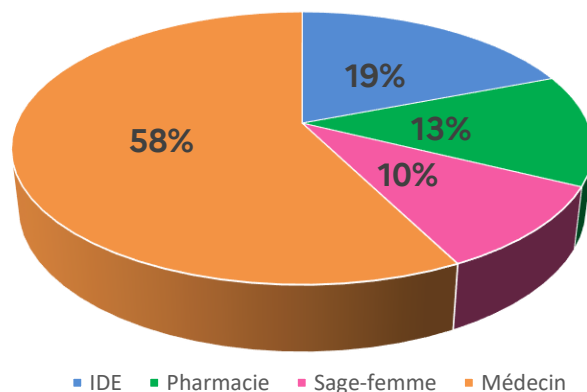
Pour faire Mon Bilan Prévention :

- 1 Je prends rendez-vous avec un médecin, un pharmacien, une sage-femme ou une infirmière
- 2 Je complète l'auto-questionnaire pour bien préparer Mon Bilan Prévention. Rapide et facile à remplir, il me permet de faire un premier point sur mes habitudes de vie.
- 3 Je fais Mon Bilan Prévention pour bénéficier de conseils personnalisés.
- 4 Je remplis avec mon professionnel de santé mon Plan Personnalisé de Prévention pour mettre en place des actions concrètes et adopter, à mon rythme, des comportements favorables à ma santé.

Renseignez-vous sur monbilanprevention.sante.gouv.fr

Répartition des bilans prévention par spécialités en Occitanie

Données SNIIR AM - inter régimes - en date de remboursement - CPAM = lieu d'implantation du PS - données 2024 de janvier à septembre 2024



Annexe 1. Mémo GRIPPE

Les publics prioritaires pour la vaccination contre la grippe

Comme le recommande la Haute Autorité de santé, la stratégie vaccinale vise à protéger les populations les plus exposées aux risques de complications graves en cas de grippe. La liste des personnes éligibles à la vaccination antigrippale est publiée chaque année par le ministère en charge de la santé, dans le calendrier des vaccinations et recommandations vaccinales. **Pour ces personnes, le vaccin est remis gratuitement à la pharmacie, sur présentation de la carte Vitale et du bon de prise en charge de l'Assurance Maladie.**

La vaccination contre la grippe s'adresse en priorité aux personnes les plus fragiles :

- Les personnes âgées de 65 ans et plus.
- Les personnes de moins de 65 ans, y compris les enfants dès l'âge de 6 mois, souffrant de certaines maladies chroniques.
- Les femmes enceintes.
- Les personnes souffrant d'obésité : indice de masse corporel (IMC) supérieur ou égal à 40.
- Les personnes séjournant dans un établissement de soins de suite ou dans un établissement médicosocial d'hébergement quel que soit leur âge.



Elle est aussi recommandée à d'autres populations afin d'assurer une protection indirecte en vaccinant :

- Les professionnels de santé et tout professionnel en contact régulier et prolongé avec des personnes à risque de grippe sévère.
- L'entourage des nourrissons de moins de 6 mois à risque de complications graves de la grippe et des personnes immunodéprimées (la notion d'entourage comprend le milieu familial -personnes résidant sous le même toit- l'assistant maternel et tous les contacts réguliers du nourrisson).
- Les aides à domicile des particuliers employeurs vulnérables.
- Les professionnels exposés aux virus influenza porcins et aviaires, pour éviter la transmission aux animaux des virus influenza humains. C'est une mesure de protection collective contre les virus porcins ou aviaires et cette vaccination contre la grippe humaine peut en ralentir la circulation.

Nombre d'invitations envoyées par les Caisses d'assurance maladie en Occitanie pour la campagne de vaccination contre la grippe 2024-2024

Source : CNAM - bénéficiaires RG hors SLM

	65 ans et plus	ALD et extension	Total
091-CPAM Foix	35 580	10 173	45 753
111-CPAM Carcassonne	84 464	27 376	111 840
121-CPAM Rodez	59 878	15 676	75 554
301-CPAM Nîmes	158 339	49 977	208 316
311-CPAM Toulouse	224 864	95 546	320 410
321-CPAM Auch	41 491	12 369	53 860
342-CPAM de l'Hérault	240 025	86 893	326 918
461-CPAM Cahors	43 950	9 877	53 827
481-CPAM Mende	15 062	4 155	19 217
651-CPAM Tarbes	55 991	15 485	71 476
661-CPAM Perpignan	116 890	35 593	152 483
811-CPAM Albi	86 634	27 565	114 199
821-CPAM Montauban	49 364	17 575	66 939
Occitanie	1 212 532	408 260	1 620 792

À SAVOIR

Si vous êtes éligible au vaccin contre la grippe et que vous n'avez pas reçu de bon de prise en charge

Certaines personnes à risque n'ont peut-être pas reçu leur bon car elles n'ont pas pu être identifiées ou invitées par l'Assurance Maladie. Il peut s'agir des femmes enceintes, des personnes obèses dont l'indice de masse corporelle est supérieur ou égal à 40, de l'entourage des nourrissons à risque de grippe grave ou des personnes immunodéprimées notamment.

Pour ces personnes, les médecins, sages-femmes, infirmiers et pharmaciens disposent sur [amelipro](#) d'un bon de prise en charge vierge permettant de leur prescrire le vaccin.

Les pharmaciens et les infirmiers peuvent éditer ce bon uniquement pour les personnes de 11 ans et plus éligibles à la vaccination.



www.cpias-occitanie.fr

Les enfants de 2 à 17 ans qui ne sont pas à risque (avis de la HAS du 9 février 2023) : La HAS recommande que la vaccination contre la grippe saisonnière puisse être proposée chaque année aux enfants sans comorbidité âgés de 2 à 17 ans révolus, sans qu'elle ne soit rendue obligatoire. L'objectif est de limiter la diffusion et l'impact de la grippe sur la population. Les enfants peuvent se faire vacciner par les trois vaccins antigrippaux disponibles actuellement indiqués chez l'enfant. Le vaccin est pris en charge à 65 % par l'Assurance Maladie. Les parents peuvent se rapprocher du professionnel de santé qui suit leur enfant pour discuter de cette vaccination. Il remettra un bon de prise en charge spécifique pour les enfants de 2 à 17 ans sans comorbidité, disponible sur [amelipro](#), permettant la prise en charge du vaccin. L'injection est prise en charge dans les conditions habituelles. Seuls les enfants avec une maladie les exposant à un risque de grippe grave reçoivent un bon de prise en charge à 100 % pour le vaccin grippal.

Les vaccins disponibles :

Les vaccins utilisés en France cette année sont des vaccins inactivés composés de 4 souches (vaccins tétravalents). Chaque année, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) publie la composition recommandée des vaccins contre la grippe en regard des données de surveillance des virus grippaux en circulation dans le monde.

Pour la saison 2024-2025, 3 vaccins antigrippaux sont disponibles : Fluarix Tetra[®], Vaxigrip Tetra[®] et Influvac Tetra[®] (à partir de 6 mois, tous les vaccins tétravalents peuvent être utilisés indifféremment). À noter : le vaccin *Efluelda* pour les plus de 65 ans n'est plus commercialisé.

Ces vaccins peuvent être utilisés indifféremment, quelle que soit la cible, selon les recommandations de la HAS.

La protection contre la grippe est atteinte dans les deux semaines après la vaccination : le vaccin doit être pratiqué tous les ans, à l'automne (pour la France métropolitaine), pour se protéger contre l'épidémie hivernale qui suit. Une seule injection est nécessaire.

La prise en charge de la vaccination :

Pour les personnes à risque, et sur présentation du bon de prise en charge et de leur carte Vitale, l'injection du vaccin est prise en charge dans les conditions habituelles (70% pour les autres s'il est administré par un médecin, pharmacien ou une sage-femme, à 60 % s'il est administré par un infirmier). Elle est prise en charge à 100 % pour les patients bénéficiant d'une affection de longue durée (ALD) pour lesquels le vaccin est recommandé ou au titre de l'assurance maternité.

Pour les personnes non ciblées par les recommandations : le vaccin contre la grippe et son injection ne sont pas remboursés.

Annexe 2. Mémo COVID-19

Qui doit se faire vacciner ?

Recommandée chaque année, la vaccination contre le Covid-19 vise à protéger les personnes à risque de formes graves, comme les femmes enceintes ou les enfants âgés de 6 mois à 4 ans exposés. La campagne de vaccination automnale 2023-2024, organisée sur le modèle de celle contre la grippe, s'inscrit dans une démarche collective pour protéger les populations les plus fragiles et de limiter la propagation du virus.

La vaccination contre le Covid 19 est prise en charge à 100 % pour tous, même pour une personne qui n'est pas dans la cible et souhaite être vaccinée : toutes les personnes ne faisant pas partie de ces populations ciblées par la campagne de vaccination peuvent aussi recevoir, si elles le souhaitent, une dose de rappel gratuitement. La vaccination est également recommandée à ceux ayant des contacts réguliers avec des personnes immunodéprimées ou fragiles, y compris les professionnels des secteurs sanitaires et médico-sociaux.

Les vaccins disponibles :

Le vaccin monovalent à ARN messager Comirnaty JN1 de Pfizer/BioNTech est disponible pour la campagne de vaccination 2024-2025. La formulation de ce vaccin a été adaptée au variant JN.1 du virus, qui est le variant circulant majoritaire sur le territoire. Il existe en forme adulte, pédiatrique (5-11 ans et 6 mois-4 ans) :

- Comirnaty JN.1 adulte utilisé chez les personnes de 12 ans et plus ;
- Comirnaty JN.1 pédiatrique pour les enfants de 5 à 11 ans ;
- Comirnaty JN.1 pour les enfants de 6 mois à 4 ans.

Où se faire vacciner ?

Les professionnels de santé habilités à vacciner sont les médecins, les infirmiers, les pharmaciens, les sages-femmes et les étudiants en médecine ou pharmacie. Leurs compétences ont récemment été élargies en matière de vaccination.

Professionnel de santé	Public
Médecin	Prescription et administration à toute personne
Infirmier	Prescription et administration à toute personne de 5 ans et plus, ciblées ou non par les recommandations.
Pharmacien d'officine, en pharmacie à usage intérieur ou en laboratoire de biologie médicale	Prescription et administration à toute personne de 5 ans et plus, ciblées ou non par les recommandations.
Sage-femme	Prescription et administration à toute personne
Étudiant de troisième cycle de médecine	Administration à toute personne sous la supervision d'un maître de stage
Étudiant de troisième cycle de médecine	Administration à toutes les personnes de 5 ans et plus, ciblées ou non par les recommandations, sous la supervision d'un maître de stage.

Certains de ces professionnels de santé peuvent accepter de se déplacer au domicile pour administrer cette vaccination. Toutes les informations sur les lieux de vaccination sont disponibles sur www.sante.fr. Pour les résidents en établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (Ehpad) et en unités de soins de longue durée (USLD), la vaccination est organisée par leur établissement de soins. Pour les personnes suivies dans un service de soins, la vaccination a pu être réalisée directement au sein de la structure de soins.

Un schéma vaccinal simplifié :

Depuis la dernière campagne de vaccination 2023-2024, une simplification des schémas de vaccination a été recommandée par l'agence européenne des médicaments. **Ces populations sont éligibles à partir de 6 mois après leur dernière infection ou injection de vaccin contre le Covid-19. Ce délai est réduit à 3 mois pour les personnes âgées de 80 ans et plus et les personnes immunodéprimées.**

CONTACTS

PRESSE



Contacts presse :

ARS Occitanie

Vincent DROCHON

06 31 55 11 77

vincent.drochon@ars.sante.fr

CPAM de l'Hérault

David LOPEZ

07 78 84 47 05

david.lopez@assurance-maladie.fr

CPIAS Occitanie

Dr Cécile MOURLAN

04 67 33 98 84 / 06 33 87 52 41

c-mourlan@chu-montpellier.fr

www.cpias-occitanie.fr

France Assos Santé Occitanie

occitanie@france-assos-sante.org

occitanie.france-assos-sante.org

