

IDÉES REÇUES SUR LA VACCINATION : CE QUE VOUS DEVEZ VRAIMENT SAVOIR

ÉDITO

La vaccination est l'un des piliers de la prévention en santé publique. Pourtant, elle reste au cœur de nombreuses interrogations et idées reçues, notamment chez les adultes et les personnes immunodéprimées. Certains craignent des effets secondaires plus ou moins graves, d'autres doutent de son efficacité ou s'inquiètent des composants des vaccins. Dans un contexte où l'information circule rapidement et massivement – parfois sans validation scientifique – il est important de distinguer les faits des croyances infondées.

L'hésitation vaccinale n'est pas uniquement liée à la défiance : **elle découle souvent d'un manque d'informations accessibles et adaptées**. Or, se protéger soi-même et protéger les plus vulnérables repose avant tout sur une bonne compréhension des bénéfices réels de la vaccination. C'est pourquoi cette fiche propose des réponses aux principales questions posées par les patients.

Les associations et les professionnels de santé ont un rôle clé à jouer dans la diffusion d'une information fiable et pédagogique. En s'appuyant sur des arguments scientifiques clairs, nous pouvons aider chacun à faire un choix éclairé et éviter que des doutes non fondés ne mettent en péril une protection essentielle. **Se vacciner, c'est anticiper. Comprendre, c'est mieux décider !**



L'HÉSITATION VACCINALE, POURQUOI PERSISTE-T-ELLE ?

L'adhésion des Français à la vaccination baisse depuis deux décennies, passant de 91,2 % à 83,7 % entre 2000 et 2023 (données du Baromètre de Santé publique France)¹. A l'origine de ce constat, une **hésitation vaccinale plus forte en France** que dans les autres pays européens, entraînant une érosion progressive des couvertures vaccinales².

Ce phénomène résulte d'une multitude de facteurs, notamment :

- **Sociaux et territoriaux** : l'adhésion est moins élevée chez les personnes disposant des diplômes ou des revenus les plus faibles, et varie selon les régions.
- **Contextuels** : l'expérience de la pandémie grippale de 2010 avait provoqué un effondrement de l'adhésion vaccinale en général.
- **Médicaux** : la défiance varie selon les vaccinations, elle est particulièrement forte pour celle contre la Covid-19.
- **Personnels** : la crainte des effets secondaires, la perception de l'efficacité des vaccins ou de la gravité des maladies ciblées par la vaccination.
- **Un déficit d'information**, que ce soit sur les maladies, les vaccinations ou le parcours vaccinal, auquel il faut ajouter un mouvement de **désinformation massive** sur les réseaux sociaux ou dans les médias³.
- ...

L'hésitation vaccinale représente un véritable défi de santé publique. Pour lutter contre cette hésitation, il est important de fournir des informations claires, factuelles et accessibles afin de **rétablir la confiance et permettre à chacun de prendre une décision éclairée**.

¹ Évolution de l'adhésion vaccinale en France et facteurs associés de 2000 à 2023

² <https://www.infovac.fr/l-hesitation-vaccinale>

³ [Etat des lieux des perceptions, des connaissances et des comportements des Français vis-à-vis de la vaccination - Vague 2 – Etude IPSOS](#)

REPONSES AUX IDÉES REÇUES FRÉQUENTES

" Les vaccins ne protègent pas à 100 %, je peux donc quand même tomber malade ?"

✓ **VRAI !** Un vaccin **ne garantit pas une protection totale contre l'infection, mais permet de réduire fortement le risque de complications et de formes graves de la maladie.** Exemple : même si la grippe ou la Covid-19 circulent toujours, les personnes vaccinées sont moins à risque d'hospitalisation et de séquelles graves. A noter : certains vaccins ne confèrent pas une immunité permanente, et la protection s'estompe avec le temps. Pour cette raison, des rappels sont prévus tout au long de la vie dans le calendrier vaccinal.

"Les personnes immunodéprimées doivent éviter les vaccins "

✗ **FAUX !** Au contraire, **la vaccination est essentielle pour les personnes immunodéprimées**, qui sont plus vulnérables aux infections graves. Seule exception : les vaccins vivants atténués (rougeole, varicelle, BCG...) qui sont contre-indiqués chez les personnes immunodéprimées. Il est donc important d'en parler avec un professionnel de santé.

"Est-ce que les vaccins peuvent provoquer des maladies auto-immunes ?"

✗ **FAUX !** Les études scientifiques montrent qu'aucun lien n'a été établi entre vaccination et le développement de maladies auto-immunes. Certaines maladies peuvent apparaître après un vaccin par simple coïncidence, mais cela ne signifie pas que le vaccin en est responsable. Pour les personnes atteintes de maladies auto-immunes, la vaccination est même recommandée, car leur état les expose à des infections plus sévères.

"Il n'est pas utile de se faire vacciner contre les maladies quasiment éradiquées"

✗ **FAUX !** Bien que les maladies évitables par la vaccination soient devenues rares dans de nombreux pays, les agents infectieux qui en sont responsables continuent à circuler dans certaines parties du monde. Les faibles couvertures vaccinales et la mobilité des populations favorisent la recrudescence de maladies, y compris en France, comme la rougeole, la coqueluche, la méningite à méningocoque, la diphtérie ou l'hépatite B.

" Les vaccins affaiblissent l'immunité ?" - " Mieux vaut s'immuniser par la maladie que par les vaccins "

✗ **FAUX !** Les vaccins **renforcent le système immunitaire** en lui apprenant à reconnaître et combattre un virus ou une bactérie sans provoquer la maladie. En stimulant nos défenses naturelles, ils permettent de mieux réagir en cas d'infection réelle et d'éviter les risques de complications de la maladie.

"Se vacciner n'est pas seulement un choix personnel "

✓ **VRAI !** Se vacciner, **c'est aussi protéger son entourage.** En effet, au-delà de la protection individuelle, la vaccination joue un rôle majeur dans la protection de la communauté en établissant une immunité collective, essentielle pour protéger les populations les plus vulnérables (voir Fiche 1 – Les Bénéfices de la vaccination – Principes et réalités).

"Les vaccins contiennent des produits toxiques comme l'aluminium"

✗ **FAUX !** Les adjuvants comme l'aluminium sont utilisés depuis plus de 90 ans pour **renforcer l'efficacité des vaccins.** De nombreuses études ont démontré leur sécurité aux doses utilisées, sans effet toxique démontré.

"Pourquoi les vaccins changent-ils souvent ? Cela veut dire qu'ils ne sont pas fiables ! "

✗ **FAUX !** Certains virus, comme la grippe ou la Covid-19, évoluent rapidement, ce qui **nécessite d'adapter les vaccins pour qu'ils restent efficaces.** Cela ne signifie pas qu'ils ne fonctionnent pas, mais qu'ils sont mis à jour pour offrir une meilleure protection contre les nouvelles souches circulantes.

"Les vaccins ont été développés trop vite, ils ne sont pas sûrs "

✗ **FAUX !** Tous les vaccins, même développés rapidement, **suivent des protocoles stricts de test et de validation avant leur mise sur le marché.** Les vaccins Covid-19, par exemple, ont bénéficié de décennies de recherche sur les vaccins à ARNm et d'une surveillance renforcée après leur autorisation par l'Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM).

"On peut se faire administrer plusieurs vaccins en même temps"

✓ **VRAI !** Il est tout à fait possible d'administrer plusieurs vaccins en même temps, sans danger. Cela s'appelle la vaccination concomitante. Par exemple, les vaccinations grippe et Covid-19 peuvent être réalisées de manière concomitante sur deux sites d'injection différents.

" Le fait d'avoir été vacciné étant petit me protège"

✗ **FAUX !** La vaccination ne concerne pas que les enfants et la mise à jour de ses rappels à l'âge adulte est importante car la protection conférée par certains vaccins ne dure pas toute la vie. Certaines vaccinations sont par ailleurs particulièrement recommandées chez l'adulte dans des situations particulières, notamment en cas de projet de grossesse, de maladie chronique ou de personne fragile dans l'entourage.

L'hésitation vaccinale repose souvent sur un manque d'information ou des doutes liés à la sécurité et à l'efficacité des vaccins. Pourtant, avec les gestes barrières, la vaccination reste l'un des moyens les plus sûrs pour prévenir des maladies graves et limiter leur transmission. Dans un contexte de circulation massive d'informations, il est essentiel de s'appuyer sur des sources fiables et validées scientifiquement.

Où trouver des informations fiables ?

- **Consultez un professionnel de santé** : médecin, pharmacien, infirmier... Ils sont les mieux placés pour répondre à vos questions et vous conseiller en fonction de votre situation personnelle.
- **Utilisez des plateformes officielles** :
 - ✓ **Mon Espace Santé** pour consulter et gérer votre statut vaccinal.
 - ✓ **MesVaccins.net** pour vérifier votre couverture vaccinale et recevoir des rappels personnalisés.
 - ✓ **Les sites des autorités de santé** (Santé publique France, HAS, OMS) pour des informations officielles et mises à jour.
 - ✓ [Vaccination info services](#)
- **Faites confiance aux associations de patients** : elles jouent un rôle clé en relayant des informations pédagogiques et validées. Webinaires, fiches pratiques et témoignages permettent d'échanger et de lever les incertitudes.

Si vous hésitez à vous faire vacciner, **il est important d'en parler avec un professionnel de santé, de lui poser vos questions et d'exprimer vos craintes. Un échange bienveillant permet souvent de mieux comprendre la vaccination et de lever les doutes.**

Un patient bien informé est un patient mieux protégé !

Une question ? Un conseil ? → Parlez-en à un professionnel de santé.

Avec le soutien institutionnel de **GSK**