

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Rennes, le 01/12/2025

FACE AUX VIRUS DE L'HIVER : ADOPTEZ LES BONS REFLEXES Vaccination, gestes barrières et appel au 15

Les fêtes de fin d'année approchent, le retour des virus de l'hiver aussi. Afin de prévenir ces épidémies, l'ARS Bretagne rappelle qu'il existe des gestes simples, applicables par tous, pour se protéger et protéger les autres, en particulier les plus fragiles.

La vaccination et l'application des gestes barrières demeurent les solutions les plus efficaces.

Dans tous les cas, en cas de besoin de soins, il est important de contacter son médecin traitant en première intention. Lorsque les cabinets médicaux sont fermés, un appel au 15 permettra d'être orienté vers la solution la plus adaptée à la situation de chacun.

La grippe frappe à la porte

L'épidémie de grippe gagne du terrain. Les données de Santé publique France témoignent des premières augmentations de l'activité grippe en ville comme et à l'hôpital et dans toutes les classes d'âge.

Parallèlement, bien que peu actif, le COVID-19 reste présent.

Dans ce contexte, il est important, notamment pour les personnes fragiles, de se faire vacciner dans les meilleurs délais : c'est le moyen le plus efficace de prévenir les formes graves de ces maladies. **Un délai d'une quinzaine de jours est nécessaire avant que le vaccin assure une protection efficace.**

Quelques chiffres : Chaque année, la grippe touche 2 à 4 millions de personnes en France et entraîne 20 000 hospitalisations et de nombreux décès (près de 18 000 en 2024/2025).

Le Covid-19 a concerné 36 millions de personnes en France depuis le début de l'épidémie et 170 000 décès (données SpF arrêtées à juin 2023).

Grippe et COVID-19 : modalités des campagnes de vaccination

Qui sont les personnes concernées ?

Vaccination contre la grippe

- Toutes les personnes âgées de 65 ans et plus ;
- Les personnes, âgées 6 mois ou plus, atteintes de comorbidités ayant un risque plus élevé de forme grave de la maladie (maladies chroniques cardiaques, vasculaires, hépatiques, rénales,

Contact presse

Direction de cabinet

Département communication

pulmonaires, diabète, obésité, cancers, personnes ayant subi une greffe d'organe solide ou de cellules souches hématopoïétiques) ;

- Les personnes immunodéprimées ;
- Les femmes enceintes ;
- Les résidents en établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) et unités de soins de longue durée (USLD) et les résidents en établissements pour personnes en situation de handicap ;
- Les personnes à très haut risque de forme grave selon chaque situation médicale individuelle et dans le cadre d'une décision partagée avec les équipes soignantes ;
- Les personnes vivant dans l'entourage ou en contacts réguliers avec des personnes immunodéprimées ou vulnérables, y compris les professionnels des secteurs sanitaire et médicosocial ;
- Les professionnels exposés aux virus influenza porcins et aviaires.

Vaccination contre le Covid-19

- Toutes les personnes éligibles à la vaccination contre la grippe, auxquelles s'ajoutent les personnes atteintes de trisomie 21, de troubles psychiatriques ou de démence.
- 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 immunodéprimées et les personnes âgées de 80 ans ou plus, en raison de leur déficit immunitaire, responsable d'un taux plus faible et d'un déclin plus rapide des anticorps neutralisants.
- Les personnes vivant dans l'entourage ou en contacts réguliers avec des personnes immunodéprimées ou vulnérables.
- Toute personne souhaitant se faire vacciner, même si elle ne fait pas partie de la cible, peut recevoir une injection contre le Covid-19.

Ces personnes peuvent recevoir les deux vaccinations, soit de manière concomitante, soit de manière séquentielle. Il n'y a pas de délai minimum à respecter entre les deux vaccinations si celles-ci ne peuvent pas être réalisées concomitamment.

Pour les professionnels de santé et du secteur médico-social, ces deux vaccinations sont fortement recommandées. Il s'agit tant de les protéger contre les virus que d'éviter la transmission aux personnes fragiles qu'ils accompagnent et soignent.

La vaccination pourra être réalisée :

- Par le médecin ;
- Par le pharmacien ;
- Par un infirmier ;
- Par une sage-femme.

Qui doit se faire vacciner ? Pourquoi se vacciner chaque année ? La vaccination en pratique : retrouvez toutes les infos sur www.ameli.fr

Les gestes barrières, un réflexe indispensable complémentaire à la vaccination

En complément de la vaccination, des gestes simples permettent de lutter contre la transmission de la grippe saisonnière, du Covid-19 et des virus de l'hiver :

- **On porte un masque systématiquement quand on a des symptômes** (toux, fièvre, mal de gorge), mais également dans les transports en communs, autres lieux très fréquentés et **lieux de soins**, si l'on est à risque de développer une forme grave ou en présence de personnes vulnérables, que l'on ait des symptômes ou non.
- **On aère régulièrement son logement.**
- **On se lave fréquemment les mains.**

En cas de besoin de soins, les bons reflexes

En journée, en cas de besoin de soins, l'ARS Bretagne rappelle qu'il faut appeler prioritairement son médecin traitant, ou chercher un rendez-vous médical en téléconsultation.

Le soir et le week-end, l'appel au 15 !

En cas d'urgence vitale ou de doute sur la gravité de la situation, il faut appeler le 15 (ou le 114 pour les personnes sourdes ou malentendantes) avant de se déplacer aux urgences.

L'appel préalable au 15 permet, d'**avoir une première réponse médicale immédiate** et, si besoin, d'**être bien orienté** par rapport à sa situation de santé.

En appelant le 15, vous pourrez, selon l'analyse de vos besoins :

- Bénéficier de **conseils médicaux** au téléphone.
- Être **orienté vers un médecin de garde**.
- Être **dirigé vers les urgences** de l'hôpital ou de la clinique.
- Bénéficier de **l'envoi d'une équipe médicale** sur place.