

# JE SUIS JEUNE ET EN BONNE SANTÉ, POURQUOI ME FAIRE VACCINER ?

# 1

Parce que j'aimerais passer mes vacances sur la plage

# 3

Pour protéger celles et ceux qui ne peuvent pas être vacciné.e.s

# 5

Parce que même si je l'ai déjà eu, je pourrai l'avoir encore

# 2

Pour faire des câlins à grand-maman

# 4

Parce que même les gens comme moi peuvent tomber très malade

# 6

Parce que je veux continuer de découvrir le monde et voyager



Même si beaucoup de personnes n'ont que peu ou pas de symptômes, elles peuvent quand même avoir des conséquences graves à long terme.

C'est le « syndrome post-COVID » ou « COVID-long »

Il est prouvé que la COVID-19, comme d'autres agents pathogènes, provoque une **inflammation** qui peut avoir un impact sur les **poumons**, les **nerfs** et même le **cerveau**. Par exemple, la **perte du goût ou de l'odorat** est courante chez les personnes infectées, quelle que soit la gravité des symptômes. <sup>1, 2</sup>

D'autres conséquences à long-terme couramment observées sont le "**brouillard cérébral**" et la **fatigue chronique**. De nombreuses personnes déclarent que leurs processus de réflexion, de mémorisation et d'apprentissage s'essouffent. <sup>3, 4</sup>

un vaccin pour SOI  
=  
Me protéger contre la COVID-19



Protéger les personnes vulnérables et celles qui ne peuvent pas se faire vacciner

=  
un vaccin pour LES AUTRES

Immunité collective + Retour à la normale <sup>5</sup>

Une infection passée ne protège pas contre une nouvelle infection.

L'immunité générée par l'infection dure souvent moins longtemps et est moins robuste que celle générée par un vaccin.

Tant que nous n'avons pas atteint l'immunité collective, il est important de respecter les mesures de santé publique et de continuer de porter des masques.

Il existe toujours une possibilité d'être infecté.e, même sans le savoir.

Les vaccins actuellement approuvés sont très efficaces contre la maladie et les hospitalisations.

À cause d'un problème médical grave, certaines personnes ne peuvent pas se faire vacciner ou n'ont pas une réponse efficace au vaccin : immunosuppression, enfants malades, ...

Une **première injection** fournit une réponse immunitaire incomplète <sup>6</sup>, c'est mieux que rien mais on peut faire mieux !  
La première dose du vaccin lance le processus de construction de la protection.



La plupart des vaccins contre la COVID-19 (Pfizer-BioNTech, Moderna, Oxford/AstraZeneca) nécessitent une **deuxième injection**, une injection de rappel. C'est ce que recommande la Santé Publique.

Cette 2<sup>e</sup> dose <sup>6, 7</sup> :

- réduit le risque de contracter et de transmettre la COVID-19
- augmente le taux de protection du vaccin (renforce la mémoire immunitaire)
- assure une protection optimale à long terme

## RÉFÉRENCES

1. Coronavirus and COVID-19: Younger Adults Are at Risk, Too. Johns Hopkins Medicine, 2 décembre 2020.
2. Healthy young adults who had COVID-19 may have long-term impact on blood vessels and heart health. Science Daily, 6 Mai 2021.
3. Lénigme des Covid longs, ce « brouillard cérébral » qui empêche de vivre normalement. Pascale Santi, Le Monde, 23 mars 2021.
4. La COVID longue, ce mal mystérieux. Le Journal de Montréal, 30 mars 2021.
5. Pourquoi les jeunes devraient-ils se faire vacciner ? Catherine Handfield, La Presse, 31 mai 2021.
6. Deuxième dose du vaccin contre la COVID-19. Quebec.ca
7. Necessity of 2 Doses of the Pfizer and Moderna COVID-19 Vaccines. Edward H. Livingston, Jama Network, 2021.