Diabète et vaccination : prévenir les risques de complications infectieuses

Si la prévention des complications d'un diabète fait partie intégrante de votre suivi, limiter la survenue de graves complications infectieuses est essentiel et la vaccination peut y contribuer efficacement. Faisons le point sur les vaccins recommandés chez l'adulte atteint d'un diabète.

De manière générale, que contiennent les vaccins ?

La composition des vaccins est variable et complexe, selon l'efficacité recherchée. Ils contiennent globalement :

- Des agents infectieux issus de bactéries ou de virus :
    - Soit des microbes (vivants, entiers et atténués) traités chimiquement pour provoquer une réaction immunitaire en imitant celle provoquée par une infection naturelle (varicelle, fièvre jaune et vaccin ROR : rougeole, oreillons, rubéole). Ils sont contre-indiqués en cas d'immunodépression
    - Soit des microbes (ou des toxines produites par les microbes) rendus inoffensifs, par un produit chimique ou la chaleur, conservant leur capacité à stimuler les défenses immunitaires (vaccins inactivés) ;

- Des substances dites « adjuvantes » (comme les sels d'aluminium…) utilisées dans certains vaccins pour stimuler suffisamment et durablement la réponse immunitaire ;

- Des conservateurs pour empêcher la contamination du vaccin par des microbes indésirables ;

- Des stabilisants pour maintenir la qualité du vaccin durant toute sa durée de conservation ;

- Des résidus ou traces liés aux milieux de culture (œufs, cellules, levure, antibiotiques…) ;

La dernière génération de vaccins à ARN messager (ARNm), était déjà utilisée avant l'épidémie de COVID-19 (Zika, Ebola). L'ARNm est rapidement dégradé, ne pénètre jamais dans le noyau de la cellule et n'exerce aucune action sur le génome*. Ils ont 2 avantages principaux : ils sont très immunogènes et ne présentent pas de risque de maladie vaccinale.

Pourquoi les personnes atteintes d'un diabète sont-elles à plus risque de développer des complications infectieuses ?

La vaccination, nous concerne tous, à certains moments de la vie, que l'on soit jeune, âgé, parent ou futur parent, proche ou atteint d'une maladie. Pour la population générale, hormis les personnes exposées à un risque particulier ou exerçant certaines professions, certaines vaccinations sont obligatoires et d'autres sont recommandées.

Certains publics sont plus exposés au risque de développer des complications plus sévères et plus fréquentes en cas d'infection, en raison de leur âge et de leur état de santé :

- Les personnes âgées de 65 ans et plus ;
- Les personnes atteintes de maladies chroniques comme les diabètes, maladies cardiovasculaires, maladies respiratoires… ;
- Les personnes atteintes d'obésité ;
- Les personnes immunodéprimées ;

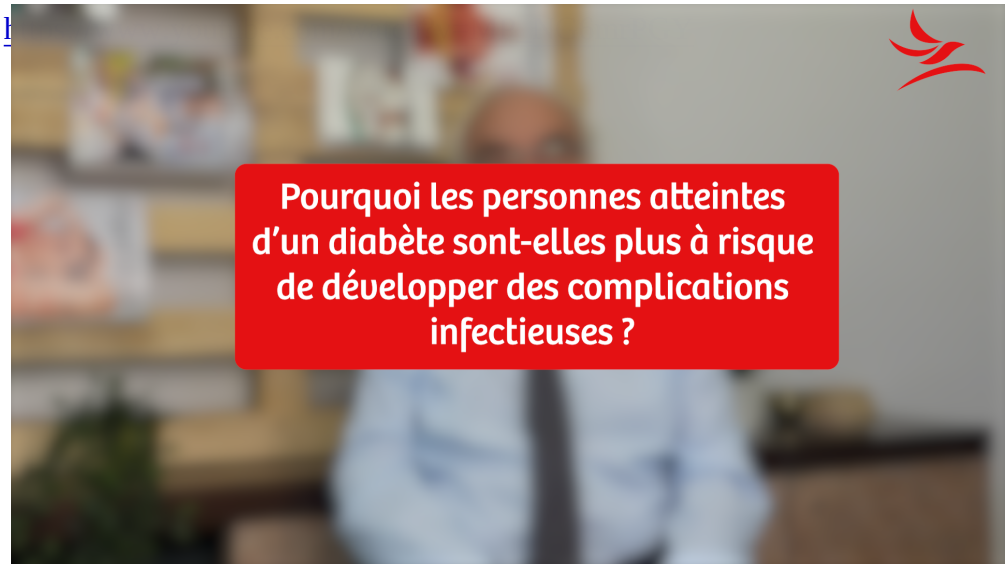
…

En cas de diabète, ce surrisque est bien présent car :

- L'élévation permanente de la glycémie (hyperglycémie) peut altérer votre système immunitaire et vous rendre plus vulnérable aux maladies infectieuses et à leurs complications qui sont parfois très graves ;
- Ce risque infectieux augmente avec l'âge ;
- Les infections peuvent, en retour, déséquilibrer vos glycémies ou aggraver des complications liées à votre diabète déjà présentes ;

Contrairement à certaines idées reçues, avoir un diabète équilibré ne vous protège pas contre les maladies infectieuses.

Pour en savoir plus, consultez notre vidéo :



Quels sont les vaccins recommandés aux personnes adultes atteintes d'un diabète ?

Selon le calendrier vaccinal, il existe des vaccins saisonniers permettant de limiter les risques de graves complications (grippe, COVID-19…) et les hospitalisations liées à ces virus respiratoires :
Grippe : la grippe est un virus respiratoire très contagieux qui circule généralement dès l'automne et jusqu'au printemps. Elle se manifeste par une fièvre très élevée (39 °C), une toux sèche. Comme la composition des vaccins change tous les ans, une nouvelle vaccination est nécessaire chaque année à l'occasion de la campagne nationale contre la grippe saisonnière. Il existe désormais un vaccin adapté aux personnes âgées de 65 ans et plus.

COVID-19 : la COVID-19 est causée par un virus respiratoire, le coronavirus. Cette infection peut très durement toucher les personnes fragiles atteintes d'un diabète, en situation d'obésité ou âgées. Une injection

par an est nécessaire et deux sont recommandées chez les personnes les plus vulnérables.
Depuis plusieurs saisons, la Haute Autorité de santé recommande une vaccination conjointe à l'occasion de la campagne nationale de vaccination contre la grippe saisonnière. L'injection peut être réalisée au même moment mais dans 2 endroits distincts (une dans chaque épaule).
Les symptômes de la grippe et de la COVID-19 peuvent être similaires, en cas de doute : portez un masque, faites un test, consultez sans délai votre médecin et **reportez votre vaccination**. Attention : ces vaccins n'ont un effet pleinement protecteur qu'au bout d'une quinzaine de jours. Mais les risques de complications graves seront néanmoins diminués. Il est donc important de continuer à se protéger.

Les gestes barrières : les bons réflexes
Pour limiter les risques de transmission des virus saisonniers, pensez aux gestes barrières : se laver régulièrement les mains, porter un masque si nécessaire, aérer les pièces régulièrement pendant au moins 10 minutes, saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades, tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir, se moucher dans un mouchoir à usage unique et le jeter.

D'autres vaccins non saisonniers sont particulièrement recommandés aux personnes atteintes d'un diabète :
DTP (Diphtérie/ Tétanos/ Poliomyélite) et coqueluche :

- **La diphtérie** est une infection bactérienne très contagieuse, elle se développe au niveau de la gorge.
- **Le tétanos** est dû à des bactéries vivant dans le sol qui produisent une toxine. Les plaies (notamment au niveau des pieds) ou des coupures sont des portes d'entrée pour ces bactéries. Les activités de jardinage, une coupure avec des objets souillés ou rouillés sont propices à la contamination.
- **La poliomyélite** est une infection virale pouvant provoquer des paralysies.
- **La coqueluche** est une infection respiratoire d'origine bactérienne. Elle est également très contagieuse et potentiellement très grave pour les plus fragiles (personnes âgées, femmes enceintes et nourrissons). En cas de projet parental ou de grossesse, faites le point avec votre médecin. La recrudescence actuelle des cas de coqueluche incite plus encore à vérifier votre couverture vaccinale.

Les rappels de ces vaccins, réalisés de façon conjointe, sont recommandés tous les 20 ans : à 25, 45, et 65 ans puis tous les 10 ans après 65 ans. Il est, en effet, possible de contracter ces infections plusieurs fois au cours de sa vie notamment la coqueluche. La vaccination des femmes enceintes (de préférence, au second trimestre de la grossesse) permet également de protéger les nouveau-nés par le transfert des anticorps maternels.

Pneumocoque : la vaccination permet de réduire efficacement le risque de développer des infections bactériennes à pneumocoque pouvant conduire à des pneumonies, des otites, voire dans certains cas à des méningites ou à des septicémies. À titre préventif, ce vaccin est particulièrement recommandé aux personnes atteintes d'un diabète à partir de 65 ans ou dès 18 ans chez celles ayant des prédispositions à développer des infections pulmonaires. Avec l'arrivée d'un nouveau vaccin, une seule injection est désormais nécessaire.
Zona : le zona est une infection douloureuse et difficile à traiter. Le zona est dû au réveil du virus de la varicelle qui survient lorsque l'immunité diminue. Les personnes âgées sont particulièrement exposées. Le zona est aussi plus fréquent et plus sévère chez les personnes atteintes d'un diabète présentant déjà des complications.
La vaccination est recommandée à partir de **65 ans : 2 doses à 2 mois d'intervalle.**
Pour en savoir plus sur les nouvelles recommandations pour la vaccination contre le zona, consultez notre article : https://www.federationdesdiabetiques.org/federation/actualites/zona-et-diabete-pensez-aussi-a-la-vaccination
Virus hépatite B (VHB) : les personnes vivant avec un diabète sont plus à risque de contracter le VHB et de développer une forme grave. La vaccination est obligatoire en cas de dialyse ou de greffe.
Chez l'adulte, le schéma vaccinal est généralement similaire à la population générale : **3 injections suivies d'un rappel à 12 mois.**

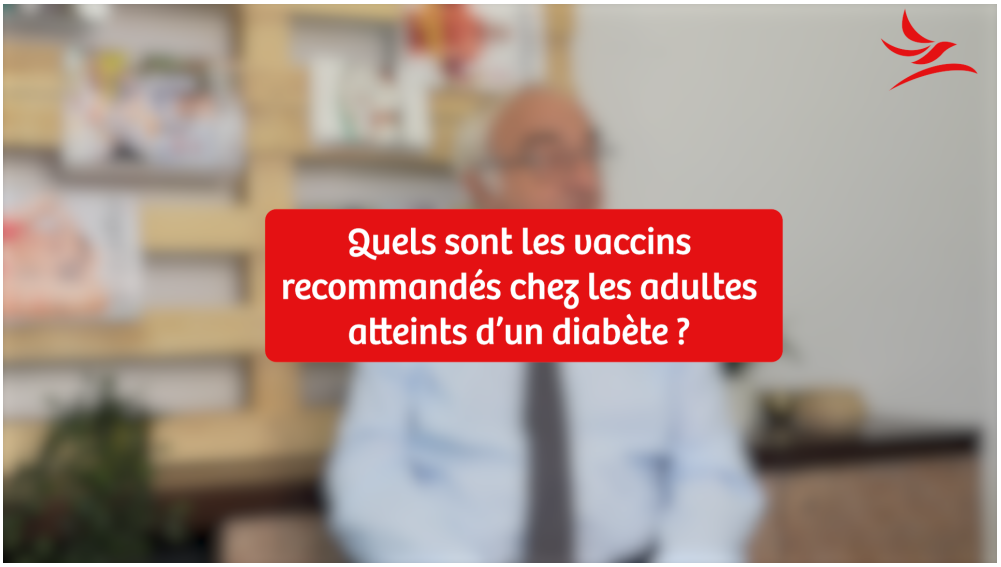
Virus respiratoire syncytial (VRS) : ce virus est moins connu mais néanmoins très contagieux. Il est responsable de la bronchiolite chez les nourrissons et de graves infections respiratoires chez les seniors. Une

injection est recommandée à partir de 75 ans ou 65 ans pour les personnes atteintes d'une maladie cardiaque ou pulmonaire. A ce jour, il n'y a pas de prise en charge par l'Assurance maladie des vaccins contre le VRS chez les personnes âgées de 65 ans et plus présentant des maladies respiratoires chroniques ou cardiaques.

Bon à savoir : la vaccination des femmes enceintes contre le VRS*, pendant le 8ème mois de grossesse, permet de protéger aussi le nourrisson jusqu'à l'âge de 6 mois grâce au transfert d'anticorps de la mère , ce qui évite et remplace les injections d'anticorps pour prévenir la bronchiolite des nourrissons (Beyfortus® ; Synagis®).
*Depuis août 2024, seul le vaccin Abrysvo® est pris en charge à 100 % par l'Assurance maladie pour les femmes enceintes en 32 et 36 semaines d'aménorrhée.

Pour en savoir plus :

https://youtu.be/6iB5BgqpBCo



Qui peut vacciner ?

Tous les médecins qu'ils soient généralistes ou spécialistes peuvent prescrire et administrer un vaccin.
D'autres professionnels de santé sont habilités à vacciner : les sages-femmes, les infirmiers, les pharmaciens.
Une nouveauté : les pharmaciens et les sages-femmes sont désormais autorisés à prescrire des vaccins.
La plupart des vaccins sont pris en charge par l'Assurance maladie au titre de l'Affection Longue Durée (ALD).

Pour en savoir plus :

https://youtu.be/nKFsHJeCyiQ



Peut-il y avoir des effets indésirables ?

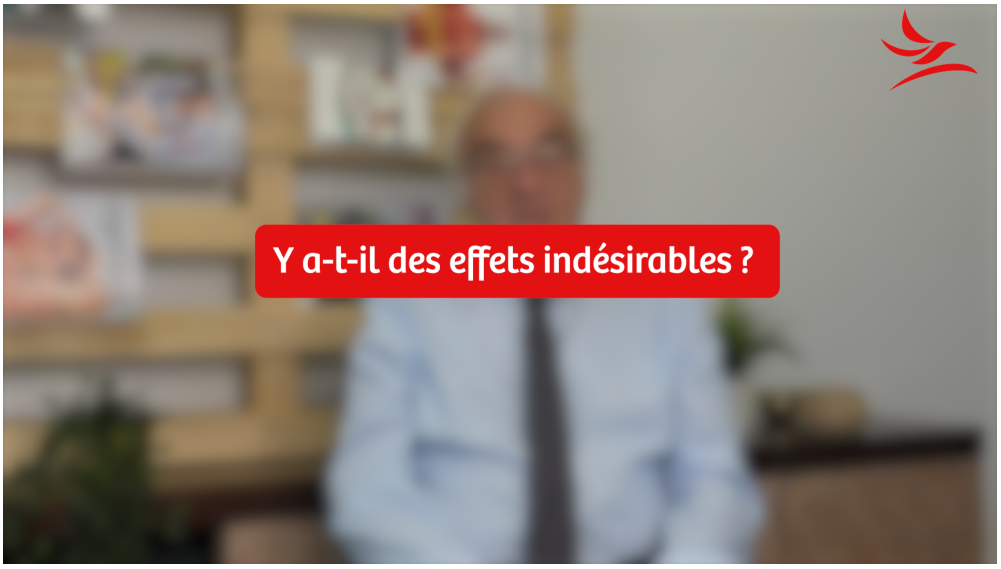
Rougeurs, douleur au point d'injection, fièvre légère, … ces effets peuvent survenir après l'injection et disparaissent généralement en quelques jours. Cela n'est pas systémique et propre à chaque personne.

Signaler des effets indésirables

- Si vous constatez des effets indésirables inhabituels, parlez-en d'abord à votre médecin traitant, diabétologue ou votre pharmacien.
- Veillez toujours à (faire) reporter vos vaccinations sur votre carnet de santé (numérique ou papier) en renseignant le numéro de lot du vaccin.
- Vous pouvez, ou votre professionnel de santé, faire un signalement sur le portail du ministère de la Santé : https://signalement.social-sante.gouv.fr/

Pour en savoir plus :

https://youtu.be/JOsVfCAgn1k



Sources :

Ministère de la Santé. Calendrier des vaccinations, 2025. Sante.gouv.fr

Assurance maladie. Vaccination contre la grippe en pratique, 2025.

Direction Générale de la Santé. Campagne de vaccination contre Covid-19 à l'automne 2025. DGS-Urgent n°2025_24.

Mon espace santé. www.monespacesante.fr
Vaccination Info service. Bronchiolites et infections respiratoires dues aux Virus respiratoires syncitiaux (VRS), mise à jour 14 janvier 2026.

Bauduceau Bernard. Progrès en matière de vaccin : un espoir pour améliorer la couverture vaccinale des personnes vivant avec un diabète. Équilibre, n°363, janvier-février 2025.

***** *Génome humain : ensemble de l'information génétique d'un organisme contenu dans chacune de ses cellules sous la forme de chromosomes. Le support matériel du génome est l'ADN, sauf chez certains virus où il s'agit d'ARN.*

© Image Source RF