titre préventif pour, outre cette indication première, diminuer les risques de développer la maladie d'Alzheimer mais aussi les accidents cardiovasculaires est-il une bonne idée ? Si oui, pour qui ? À partir de quel moment ? Quelles seraient les éventuelles contre-indications ?

Autant de questions que nous avons posées au Dr Jean-Christophe Bier, neurologue à l'HUB et spécialiste de la maladie d'Alzheimer.

Cette démarche qui consiste à se faire administrer le vaccin contre le zona pour prévenir la maladie d'Alzheimer et les maladies cardiovasculaires est-elle en passe de devenir une pratique courante ?

Honnêtement, je ne peux pas vous dire si c'est fréquent ou pas mais ça ne me choquerait pas que ça le soit. Parce qu'effectivement, les données dont on dispose sur le plan épidémiologique montrent étonnamment que la vaccination anti-herpès-zoster, donc anti-zona, a un impact sur le risque de développer une maladie d'Alzheimer, mais aussi un impact préventif de maladies cardiovasculaires et cérébrovasculaires. Toutes les études jusqu'ici vont dans le même sens.

Dans quelle mesure ces découvertes sont-elles surprenantes ?

On peut dire que ce bénéfice est relativement inattendu, et d'ailleurs, le mécanisme d'action n'est pas formellement compris. Les pistes sont essentiellement centrées sur l'action immunitaire/inflammatoire de ce vaccin. La première des deux hypothèses est que l'effet de l'immunité diffuse est boosté par le mécanisme. Or, on sait que l'inflammation joue un rôle sur les affections dégénératives et sur les affections vasculaires. L'autre piste est plus spécifique : partant du principe que les herpès ont peut-être un rôle dans le développement de l'affection dégénérative, voire dans le développement de problèmes vasculaires, c'est cette vaccination spécifique qui aurait un impact sur ces pathologies. À ce stade, ce sont les deux grandes thèses existantes.

Pourrait-on imaginer que ce vaccin contre le zona ait encore d'autres effets protecteurs ? Si oui, lesquels, par exemple ?

Oui, pour l'ensemble des affections dégénératives. On pourrait imaginer que ça marche sur le Parkinson, sur la maladie de Huntington. Il n'y a de prime abord pas de certitude que ce soit spécifique de la maladie d'Alzheimer.

Pour les personnes ayant des antécédents familiaux de maladies neurodégénératives, cette vaccination aurait dès lors tout son sens ?

Oui, cela aurait un sens. Et, même plus ; je pense que cela aurait un sens de vacciner aussi systématiquement que possible des gens après 65 ans. En particulier si on a une immunité plus faible. Je pourrais aussi comprendre que les personnes qui ont une génétique à risque envisagent cette vaccination contre le zona, même si on ne dispose pas de données à ce sujet à l'heure actuelle.

Quelles seraient les éventuelles contre-indications ?

Certainement une allergie aux produits ou aux excipients ; ce qui reste rare. Mais c'est la principale raison de ne pas envisager cette vaccination. Une autre raison est que, comme pour tous les vaccins, il arrive que certaines personnes fassent des réactions, de type grippal. En dehors de ça, de nouveau, comme pour toutes les vaccinations, il a aussi été décrit des épisodes de type syndrome de Guillain-Barré, une maladie auto-immune rare et grave. Ceci dit, on n'a jamais pu démontrer que la vaccination était le facteur causal. C'est juste un facteur de risque. Mais si on craint malgré tout de développer ce genre d'affection, mieux vaut ne pas faire la vaccination.

En résumé, les bénéfices de cette vaccination contre le zona seraient supérieurs aux inconvénients, dont les effets secondaires ?

Nettement. Clairement, les effets secondaires, à mon sens, ne sont pas suffisants pour justifier de ne pas systématiser la vaccination. Selon moi, il y a trois raisons pour la faire. La première, c'est que si vous avez déjà été en contact avec la varicelle – ce qui est le cas pour la plupart des gens –, le risque de zona est largement diminué. La deuxième raison est d'ordre vasculaire. Cela étant, si on peut diminuer le risque de développer un problème vasculaire, probablement qu'il vaut mieux mettre en place une prévention vasculaire adaptée que simplement cette vaccination. Et, puis, la troisième raison est de diminuer le risque d'une affection dégénérative et, en particulier, la maladie d'Alzheimer.

En l'état des connaissances, il ne serait donc pas prématuré de se faire vacciner pour toutes ces raisons ?

Ce qui est prématuré, c'est d'affirmer qu'il y a une relation causale entre la vaccination et l'éviction de ces pathologies. On n'a pas de compréhension du mécanisme par lequel cela se fait et les observations dont on dispose sont des observations épidémiologiques. Il n'est donc pas exclu que le responsable de ces observations soit tout autre, même si les pistes avancées sont intéressantes et convaincantes. Je serais médecin généraliste, je le proposerais à tous mes patients de 65 ans et plus.

Prostate, testicule et pénis, des cancers encore tabous

Santé Movember est, pour la FCC, l'occasion d'en parler sans gêne.

Succédant traditionnellement à Octobre rose, le mois de sensibilisation au cancer du sein, Movember attire l'attention sur la santé spécifiquement masculine tout au long du mois de novembre. Dans ce cadre, la Fondation contre le cancer (FCC) alerte cette année sur "*l'entrave que peuvent représenter la gêne et les tabous sur les diagnostics du cancer de la prostate, du testicule et du pénis*".

Les signaux d'alerte

Afin de favoriser la détection précoce du cancer de la prostate, dont 12 500 nouveaux cas ont été détectés en 2024, la FCC recommande de rester attentif aux signes inhabituels, comme la présence de sang dans les urines et la difficulté à uriner, dont la propension augmente avec l'âge. Pour ce qui est du cancer du testicule, qui touche majoritairement les adolescents et les jeunes adultes, une grosseur palpable au toucher doit alerter. Nettement plus rare, le cancer du pénis est détectable par une altération de l'aspect de la peau ou une grosseur inhabituelle.

Histoire de ne pas tarder à consulter, pour des raisons de gêne, la fondation contre le cancer rappelle que la ligne francophone de Cancerinfo, anonyme et gratuite, est joignable par téléphone au 0800 15 801, du lundi au vendredi. Cette première démarche visant à glaner des informations ne doit cependant pas être dissociée de la consultation médicale, insiste la FCC.

"*Aucun changement inhabituel ne devrait rester sous silence par peur ou par gêne. Consulter, c'est se donner la possibilité d'être rassuré ou, si nécessaire, d'agir rapidement*", a tenu à rappeler Pierre Coulie, coprésident de la Fondation. Si aujourd'hui, le taux de survie à dix ans après un cancer de la prostate s'élève à 97 %, celui qui reste le cancer le plus diagnostiqué chez les hommes a causé le décès de 1 485 Belges en 2023.

L. D.

Déclarez les effets secondaires indésirables au lieu de les ignorer !

Santé L'AFMPS invite à notifier les effets non désirés des médicaments.

Se joignant à la campagne mondiale qui a lieu cette semaine, MedSafetyWeek, ayant pour slogan "N'ignorez pas les effets indésirables suspectés, déclarez-les", l'Association fédérale des médicaments et des produits de santé (AFMPS) appelle tous les patients et professionnels de la santé à rester vigilants face à tous les types d'effets indésirables et à les notifier lorsqu'ils surviennent.

"*Les notifications des citoyens et des professionnels de la santé jouent un rôle crucial dans la surveillance de la sécurité des médicaments,* a fait savoir dans ce cadre Hugues Malonne, administrateur général de l'AFMPS. *Chaque notification accroît nos connaissances en matière de sécurité des patients et peut contribuer à protéger d'autres personnes, à l'avenir. Notifier un effet indésirable suspecté peut sembler être un petit geste, mais cela nous aide à rendre les médicaments plus sûrs pour tous*".

En 2025, pas moins de 8 730 effets indésirables de médicaments à usage humain ont été notifiés. "*Le risque d'effets indésirables peut être plus élevé lorsque vous commencez un nouveau médicament, lorsque votre dose change ou lorsque vous prenez également d'autres médicaments, des compléments alimentaires ou ingérez certains aliments,* avertit l'AFMPS. *Lisez la notice de votre médicament et discutez des effets indésirables connus avec votre médecin ou votre pharmacien. Vérifiez si vos symptômes peuvent être un effet indésirable et notifiez-les, surtout s'ils ont un impact sur votre vie quotidienne, s'ils sont graves ou s'ils ne figurent pas dans la notice*".

Une adresse pour notifier des effets indésirables suspectés: www.notifieruneffetindesirable.be.

L. D.