

Pourquoi dois-je consulter avant de partir en voyage

Le site du Docteur Jean-Pierre TIBERGHEN

Adresse du site : www.docvadis.fr/jean-pierre-tiberghien



Validé par

le Comité Scientifique Médecine des voyages

Séjourner dans un pays étranger peut vous exposer à des accidents, des maladies transmises par des insectes, par l'eau ou par la nourriture, des morsures d'animaux, etc. Ces risques éventuels dépendent du lieu, de la durée et des conditions de votre séjour, et de votre état de santé. Une visite médicale est alors essentielle pour faire le point et vous aider à les prévenir.

Où et quand dois-je consulter ?

Vous pouvez bénéficier d'une consultation de voyage dans un service des maladies infectieuses et tropicales d'un hôpital. Pour recevoir certains vaccins (comme celui contre la fièvre jaune ou contre l'encéphalite japonaise), vous devez vous rendre dans un centre de vaccination internationale agréé. La liste de ces centres est consultable sur différents sites comme ceux du ministère de la Santé et du ministère des Affaires Etrangères.

Votre médecin traitant ou, si vous souffrez d'une maladie chronique, le médecin spécialiste qui vous suit pourront également vous aider à préparer votre voyage.

Il est préférable pour certaines vaccinations ou certains traitements de prévoir votre consultation un à deux mois avant votre départ.

Pourquoi dois-je passer un bilan de santé ?

Un bilan de santé avant de partir en voyage permet au médecin de vérifier que votre état de santé est compatible avec votre voyage ou la pratique de certaines activités durant votre séjour. Lors de cette

consultation, il pourra éventuellement diagnostiquer et vous prescrire un traitement contre des maladies qui pourraient perturber votre voyage, comme des affections ORL (rhume, otite, sinusite) pour un trajet en avion.

Si vous souffrez d'une maladie chronique, votre médecin généraliste ou le spécialiste qui vous suit fera le point sur cette maladie et vos traitements en cours. Prévoyez d'emporter avec vous un résumé de votre dossier médical (éventuellement écrit en français, en anglais ou dans la langue du pays) et vos prescriptions. Le médecin vous indiquera comment tenir compte du décalage horaire si vous prenez des médicaments à heure régulière. Il vous mettra en garde sur les possibles interactions entre vos médicaments habituels ou votre maladie et les traitements ou vaccinations liés au voyage.

Pourquoi dois-je me faire vacciner ?

Lors de votre visite, le médecin s'assurera tout d'abord que vos vaccins obligatoires en France sont à jour. Si nécessaire, il effectuera certains rappels. La vaccination vous protège de maladies liées au voyage comme la fièvre jaune, la fièvre typhoïde, les hépatites A et B, etc. Le médecin adaptera votre programme de vaccination aux risques de la région visitée, à votre mode de vie sur place, votre âge et éventuellement vos maladies chroniques. La vaccination contre la fièvre jaune, qui doit être effectuée dans un centre agréé, sera indiquée sur un certificat international de vaccination qui vous sera demandé à l'entrée des pays où elle est obligatoire.

Quels médicaments me seront nécessaires ?

Le médecin vous aidera également à constituer votre trousse à pharmacie. Si votre destination est à risque de paludisme, il vous prescrira un traitement préventif antipaludique adapté à la région, la saison, la durée et les conditions de votre séjour.

Il peut également vous prescrire des médicaments contre la diarrhée, la fièvre, la douleur ou le mal des transports et vous suggérer d'autres produits comme des désinfectants, des bandes, des pansements stériles, une crème pour les brûlures, de la crème solaire en cas d'exposition au soleil, des flacons de solution hydro-alcoolique afin de vous désinfecter régulièrement les mains, des désinfectants chimiques pour l'eau, etc.

Si vous souffrez d'une maladie chronique, le médecin qui vous suit habituellement prévoira des quantités de médicaments pour une durée supérieure à celle de votre séjour. Vous devrez peut-être effectuer une demande auprès de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie pour qu'elle autorise votre pharmacie à vous délivrer un traitement pour plus d'un mois (la durée ne peut excéder six mois).

Quels conseils du médecin me seront utiles ?

Pour certaines maladies, il n'existe ni vaccin ni traitement préventif. Le médecin vous dispensera de

nombreux conseils pour en limiter les risques.

Il vous précisera les règles d'hygiène alimentaire et corporelle, adaptées à votre mode de vie sur place, afin de limiter notamment les diarrhées.

Il vous expliquera l'ensemble des mesures de protection contre les piqûres d'insectes, comme les moustiques, qui transmettent de nombreuses maladies et la conduite à tenir en cas, par exemple, de morsure d'animaux venimeux ou potentiellement enragés.

Ses conseils peuvent aussi vous être utiles pour limiter d'autres risques :

- Les risques de transmission de maladies infectieuses liés aux tatouages, piercings, relations sexuelles ou soins médicaux sur place (acupuncture, soins invasifs).
- Les risques liés à l'altitude.
- Les risques liés à la baignade.
- Les risques liés à la plongée.
- Les risques liés aux eaux stagnantes, etc.

Il est recommandé de consulter un médecin avant de partir en voyage même si aucune vaccination n'est nécessaire et particulièrement si vous êtes âgé, enceinte, souffrez d'une pathologie chronique ou voyagez avec un enfant. Pensez à décrire très précisément les conditions de votre séjour (logement, repas, activités...) et même les escales de votre voyage aérien. Une escale de plus de douze heures dans un pays est considérée comme un séjour. Vous pouvez également prévoir avant votre départ une visite chez votre dentiste et, si nécessaire, chez votre ophtalmologiste.