

# La Médecine des Voyages - Que faut-il savoir?



Dr. Hadi Jalkh

Médecins de Famille



Dr. Remy Daou

d'une part qu'un nombre limité de personnes consulte le médecin avant le voyage, et d'autre part, que les conseils et soins médicaux fournis sont sous-optimaux. Ce qui souligne l'importance de la médecine des voyages, pour réduire les risques qui y sont liés, et permettre aux voyageurs de profiter d'un séjour sain et agréable.

## La Consultation Pré-Voyage

La consultation médicale avant le voyage alloue le temps adéquat pour préparer le voyageur aux éventuels problèmes de santé qu'il risque de rencontrer durant son séjour. Elle vise essentiellement à :

- Évaluer les plans du voyage pour déterminer les risques qui lui sont liés.
- Évaluer les risques spécifiques à chaque voyageur.
- Éduquer sur ces risques et les moyens de les prévenir et de traiter les maladies qui en résultent.
- Fournir une vaccination adéquate.
- Prescrire une chimioprophylaxie antipaludique.



## Les facteurs de risque

Ils influencent le risque d'attraper certaines maladies et sont regroupés en 2 catégories: ceux qui sont liés au voyage et ceux qui sont liés aux voyageurs.

### 1. Facteurs liés au voyage

- La durée du séjour: Un long séjour augmente la durée d'exposition aux agents infectieux, et guide le choix de la chimio-prophylaxie antipaludique.
- La saison: La méningite par exemple, est endémique durant la saison sèche dans la «ceinture de la méningite».
- La destination et l'itinéraire: Certaines maladies sont endémiques dans des pays et communautés où la vaccination de routine des enfants est incomplète, comme par exemple contre la rougeole dans plusieurs pays européens, et contre la poliomyélite en Amérique latine.
- Le but du voyage: une immunisation supplémentaire s'avère indispensable si l'objectif est de faire une mission ou un «tourisme médical» et si les activités prévues impliquent la promiscuité et le travail de près avec la communauté.

### 2. Facteurs liés aux voyageurs

Quant aux facteurs spécifiques aux voyageurs, ils peuvent être divisés en deux types:

- Les facteurs non modifiables, comme l'âge, les maladies chroniques, les interventions chirurgicales récentes, le déficit immunitaire, la grossesse, et les allergies. Ces conditions contre-indiquent parfois le voyage ou l'administration de certains vaccins,
- Les facteurs modifiables qui regroupent les activités et comportements, et pour lesquels l'éducation et les conseils médicaux sont primordiaux. Par exemple la natation dans l'eau douce augmente le risque de leptospiroses et schistosomiasis, les relations sexuelles non protégées exposent aux maladies sexuellement transmissibles et aux grossesses non désirées, la consommation excessive d'alcool peut mener aux accidents de la voie publique, et la montée rapide des montagnes peut causer la maladie des hautes altitudes.

### L'Éducation à la santé

Les thèmes essentiels à aborder à ce stade sont :

- **Les maladies chroniques et comorbidités:** Il est important de prendre une quantité suffisante des médicaments chroniques pour couvrir toute la durée du séjour, surtout qu'il est parfois difficile d'obtenir ou de trouver certains médicaments dans le pays de destination. En cas de maladie

cardiaque, il faut garder sur soi un rapport médical avec un ECG récent. Un asthmatique doit se procurer un traitement de secours en cas d'exacerbation lors d'une randonnée ou de pollution. En cas d'allergie ou de maladie grave, il faut porter un bracelet ou une carte illustrant le cas et le traitement d'urgence. Il est enfin conseillé de s'informer sur les cliniques et hôpitaux locaux.

- **Le risque de thrombophlébite:** L'hydratation, la contention élastique, et la mobilisation des membres inférieurs sont recommandées pour les voyages qui durent plus que six heures.

- **La prévention des brûlures solaires:** Éduquer sur la nécessité d'appliquer un écran solaire efficace et de large spectre, avec renouvellement régulier, et de porter un chapeau, lors des expositions prolongées au soleil.

- **Les maladies auto-traitées:** Plusieurs maladies sont assez fréquentes lors du voyage, et une automédication est souvent suffisante et permet une convalescence plus rapide. C'est le cas de la diarrhée du voyageur, la maladie des hautes altitudes, le décalage horaire, le mal de transport, certaines infections respiratoires et maladies dermatologiques, les infections urinaires, et les atteintes vaginales fongiques. Pour ces conditions, il est bénéfique de prescrire des médicaments fiables, efficaces et bien tolérés, avec des consignes écrites claires et simples.

### L'immunisation

Elle constitue une étape principale de la consultation pré-voyage. Le clinicien propose les vaccins recommandés selon la destination et les risques évalués. C'est également une opportunité pour une mise à jour de la vaccination de routine.

### La chimioprophylaxie contre la Malaria

Le paludisme reste encore une cause principale de morbidité et mortalité chez les voyageurs. Il est donc impératif de discuter des modes de transmission et des moyens de les prévenir, et de prescrire une chimioprophylaxie, ainsi que des insecticides, comme la *perméthrine*, pour imprégner les vêtements, et les répulsifs à appliquer sur les zones exposées comme les spray ou crèmes contenant 30% de DEET (*Diethyltoluamide*).

### Conseils généraux

La consultation pré-voyage doit avoir lieu au moins quatre semaines à l'avance. Cet intervalle permet aux vaccins et à la chimio-prophylaxie d'acquiescer l'efficacité adéquate. Il permet également de surveiller les effets indésirables et de



proposer un traitement ou des alternatives. Vu la quantité abondante d'information, il est conseillé de fournir des brochures et des renseignements rédigés, ou des liens électroniques. Il est aussi important de prioriser les vaccins, examens, et médicaments, surtout qu'ils sont souvent non couverts par les tiers payants et parfois il y a une limitation des moyens.

### L'Évaluation Post-Voyage

Les infections post-voyage apparaissent en majorité durant le 1er mois après le retour. Toutefois, puisque les périodes d'incubation sont variables, certains syndromes apparaissent plusieurs mois après l'infection initiale. Ainsi, l'évaluation du malade après le voyage doit aborder les éléments suivants:

- La sévérité de l'infection, et les maladies à déclaration obligatoire
- L'itinéraire et la durée du voyage pour orienter le diagnostic et réduire le nombre et coût des investigations.
- Le délai d'apparition des symptômes par rapport au voyage, puisque certaines infections comme la schistosomiase, la leishmaniose, et la tuberculose, peuvent se manifester après plusieurs mois, voire années.
- Les maladies chroniques, comorbidités et déficits immunitaires, qui affectent la susceptibilité aux infections, leur manifestation et leur sévérité.
- Le statut vaccinal et les vaccins pris avant le voyage comme la rougeole, la typhoïde, l'hépatite virale et l'influenza.
- La prise de chimio-prophylaxie antipaludique. A noter que l'adhérence à cette chimio-prophylaxie n'élimine pas la possibilité d'avoir la malaria, mais augmente la probabilité d'avoir d'autres infections.
- L'exposition individuelle: piqûres d'insectes, aliments/eau contaminés, baignade dans l'eau douce, activité sexuelle, tatouage, soins médicaux/transfusion.

### La Clinique des voyageurs à l'Université Saint-Joseph

Le Centre universitaire de santé familiale et communautaire de l'Université Saint-Joseph de Beyrouth (CUSFC-USJ) est l'un des premiers centres au Liban qui s'occupe de la santé des voyageurs.

Ce service a été créé en 2001 et il a pour objectifs d'informer les voyageurs des risques spécifiques au pays



de destination, de recommander et d'administrer les vaccins nécessaires et d'expliquer les mesures d'hygiène à appliquer et ce par une équipe qualifiée de médecins de familles et d'infirmières.

Ce service comprend:

- la consultation médicale pour évaluer l'état de santé du voyageur et son statut vaccinal
- l'identification des facteurs de risque encourus durant le voyage prévu
- la vaccination et ou la chimio prophylaxie
- l'éducation à la santé se fait par l'infirmière durant un entretien personnalisé avec le voyageur. Elle lui donne des conseils hygiéno-diététiques pour la protection contre plusieurs maladies (*malaria, typhoïde, diarrhée des voyageurs, infections sexuellement transmissibles, etc.*), lui recommande de préparer une trousse de voyage et lui donne un livret «**la santé dans vos valises**» et d'autres brochures pour avoir des informations concrètes et pratiques.

### References:

1. Centers for Disease Control and Prevention (CDC) – *Yellow Book*, 2016.
2. B. Aw et al. *Médecine des voyages. Que comporte-t-elle? Quand faut-il consulter? Canadian Family Physician. le Médecin de famille canadien. Vol 60: Décembre 2014.*

## LA QUALITÉ AU SERVICE DES MALADES

- DÉPARTEMENTS MÉDICAUX
- SERVICES DIAGNOSTIQUES
- SERVICES PARAMÉDICAUX
- SOINS INFIRMIERS
- SERVICES ADMINISTRATIFS

Jbail-Byblos-Liban | +961 9 540017 / 541580 | +961 9 540601  
contact@hopitalmaritime.com | www.hopitalmaritime.com



**LEVOFLOX MÉDIS 500**  
Levofloxacin  
5 mg/ml

AIM RIGHT

PROVEN EFFICACY

WELL TOLERATED

SIMPLE DOSAGE : 1 TO 2 DOSES / DAY

- Simple IV Perfusion
- Duration > 60 min

RECOMMENDED BY **ansm**  
ANSM Agence nationale de la sécurité du médicament (AFSSAPS)

1 BOTTLE / BOX

Bir Hassan, Al safarat street, Al Rable bloc, Grd floor Beirut - Lebanon / P.O. Box : 5017-Ghobeiry  
Tel : 00961 1 843105 / Fax : 00961 1 838394 - Email: Medis.Lebanon@hotmail.com