




# Avant de partir...


## Formalités médicales et administratives

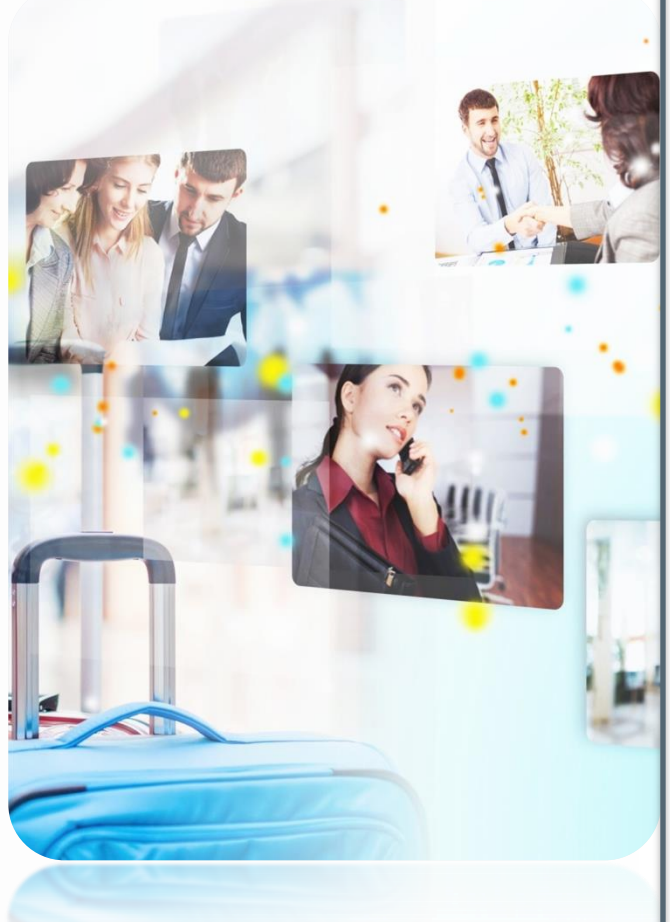
 Renseignez-vous sur les modalités de prise en charge médicale dans le pays de destination.

L'employeur peut souscrire à une **assurance comprenant assistance et rapatriement**.

 Consultez les **conseils aux voyageurs par pays** émis par le Ministère des Affaires Étrangères (alertes, conseils concernant les formalités administratives, les conditions sanitaires, la sécurité...).

 Prévoyez une **consultation médicale** idéalement dans un **service spécialisé** (centre de vaccinations internationales) au mieux un mois avant le départ.

 Prévoyez une **visite chez le dentiste**, en particulier si vous devez prendre l'avion.



## Documents à emporter



- Carnet de vaccinations
- Coordonnées de votre société d'assistance
- Si vous souffrez d'une maladie chronique (hypertension artérielle, diabète...) :
  - Carte présentant la maladie
  - Ordonnance du ou des traitements que vous suivez, si possible en anglais, avec la Dénomination Commune Internationale

# Vaccinations

**Prévoyez vos vaccinations bien en amont du voyage**, idéalement au moins un mois avant.

En effet, l'efficacité d'un vaccin n'est complète qu'après plusieurs jours et certaines vaccinations doivent être effectuées en 2 voire 3 injections avant le départ.

Avant tout, **mettez à jour les vaccinations recommandées en France** dans le calendrier vaccinal, particulièrement ceux contre **la diphtérie, le tétanos, la poliomyélite et la rougeole**, puis, en fonction du séjour :



## Vaccins

## Pour quels séjours ?

### Fièvre jaune

*1 injection → Protection au moins 10 ans voire à vie*

Tout séjour en zone d'endémie (régions intertropicales d'Afrique et d'Amérique du Sud), **même en l'absence d'obligation administrative.**

*Vaccin uniquement disponible en centres de vaccinations spécialisés.*

### Hépatite A

*1 injection avant le départ puis un rappel 6 à 18 mois plus tard → Protection au moins 10 ans*

Séjour dans un pays où l'hygiène est précaire, **quelles que soient les modalités et la durée du voyage.**

*La 2<sup>ème</sup> dose peut être administrée jusqu'à 5 ans après la 1<sup>ère</sup>.*

### Hépatite B

*2 injections à 1 mois d'intervalle, avant le départ, puis une 3<sup>ème</sup>, 6 mois après la 1<sup>ère</sup> → Protection à vie*

Séjours fréquents ou prolongés dans des pays à forte ou moyenne prévalence du portage chronique du virus.

### Rage

*3 injections sur 21 à 28 jours. Pas de rappel à prévoir dans le cadre d'une vaccination préventive.*

Séjour prolongé ou aventureux et en situation d'isolement dans des zones à haut risque (Asie, Afrique y compris Afrique du Nord, Amérique du Sud).

*La vaccination contre la rage est dite « préventive » : elle permet d'alléger considérablement la prise en charge et le traitement en cas d'exposition avérée ou suspectée mais ne dispense pas d'être soigné.*

## Vaccins

## Pour quels séjours ?

### Typhoïde

1 injection → Protection partielle pendant 3 ans

Séjour prolongé dans des conditions d'hygiène précaire, particulièrement dans le sous-continent indien.

Attention, ce vaccin n'assure une protection qu'à 50 à 65 %. Il ne dispense pas des **mesures d'hygiène relatives à l'eau et à l'alimentation**, ni du **lavage des mains**.

### Infections invasives à méningocoques

→ Durée de protection variable en fonction du type de vaccin

En cas de séjour :

- en zone d'endémie (notamment la « ceinture de la méningite » en Afrique subsaharienne), en saison sèche, dans des conditions de contact étroit avec la population locale
- dans une zone où sévit une épidémie
- obligatoire pour les pèlerinages en Arabie Saoudite (contrôlé en douane)

Est recommandé le vaccin conjugué contre les infections invasives à méningocoques A, C, Y, W135. C'est notamment ce type de vaccin qui est obligatoire dans le cadre des pèlerinages en Arabie Saoudite.

### Encéphalite japonaise

2 injections espacées de 28 jours, rappel 12 à 24 mois après la 1<sup>ère</sup> injection

Certaines régions d'Asie et d'Océanie en zone rurale, en saison des pluies.

Se renseigner auprès d'un centre spécialisé.  
Possibilité de schéma accéléré sur 7 jours.

### Encéphalite à tiques

Schéma de vaccination variable en fonction du vaccin

Séjour en zone rurale ou boisée en région d'endémie, de mars à novembre.

Se renseigner auprès d'un centre spécialisé.

## Attention !

- D'autres vaccins sont parfois temporairement recommandés voire obligatoires en période d'endémie ou de pandémie. Vous pouvez trouver les alertes actualisées par pays sur le site **www.mesvaccins.net**.
- Certaines pathologies, médicaments ou la grossesse peuvent contre-indiquer l'administration de vaccins.
- Certains individus peuvent ne pas avoir la réponse immunitaire attendue suite à une vaccination. **Ils ne seront alors pas protégés contre la maladie**. Il est possible de s'assurer de la protection vaccinale par une prise de sang. Le médecin pourra dans certains cas adapter le schéma vaccinal dans le but d'obtenir une protection.



## *Trousse de voyage*

Elle doit être adaptée au type de séjour et à l'individu, sur conseils du médecin.

Elle pourra comprendre :

- Le ou les **traitements habituels**
- Un **médicament contre les douleurs et la fièvre** (paracétamol de préférence)
- Un **antidiarrhéique**
- Un antinauséux
- Un antiallergique
- Un **antiseptique cutané**
- Un **écran solaire** (Indice de Protection maximale IP 50+) et une crème pour les brûlures
- Des dosettes de **sérum physiologique**
- Une **solution hydro-alcoolique** pour l'hygiène des mains
- Des **pansements stériles** et des **compresses**
- Un thermomètre, une pince à épiler, des protections auditives, des préservatifs...

Et, selon la destination :

- Un traitement préventif du paludisme
- Des répulsifs contre les moustiques (peau et vêtements) adaptés à la zone géographique

### Conseils :

- ⇒ **Conservez les emballages des médicaments afin d'éviter tout risque de confusion.**
- ⇒ **Gardez en cabine vos traitements habituels, avec l'ordonnance correspondante.**
- ⇒ **Prévoyez toujours une réserve supplémentaire de vos traitements habituels en cas de perte ou de prolongation du séjour.**
- ⇒ **En cas de séjour de plus de 3 mois, renseignez-vous auprès de l'Assurance Maladie afin de demander une autorisation de délivrance étendue.**

