




Avant de partir...

Formalités médicales et administratives

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

L'employeur doit **déclarer le déplacement** à l'aide du formulaire dédié auprès de l'Assurance Maladie et 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^{ème} dose peut être administrée jusqu'à 5 ans après la 1^{ère}.

Hépatite B

2 injections à 1 mois d'intervalle, avant le départ, puis une 3^{ème}, 6 mois après la 1^{ère} → 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 ou lors de grands rassemblements. 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^{ère} 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 antinauséeux
- 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.**

