Médecine Interne & Maladies Infectieuses et Tropicales
Unité Mobile des Référents en Infectiologie
Centre de Vaccinations Internationales & Médecine des Voyages
Accueil d'autres disciplines

Prévention des risques du voyage



173 rue Léon Blum. 69100 Villeurbanne

Sommaire

1. **Santé, Assurances**

2. **Vaccinations de base pour tous** (dTPc, ROR, hépatite B)

3. **Les risques liés à l'eau et aux aliments**
   - Tourista
   - Hépatite A
   - Typhoïde

4. **Les risques liés aux moustiques**
   - Fièvre jaune
   - Paludisme / Malaria
   - Dengue
   - Chikungunya
   - Encéphalite japonaise
   - Zika

5. **Les risques liés aux maladies aéroportées**
   - Méningite ACWY
   - Grippe

6. **Autres** (Rage, encéphalites à tiques)

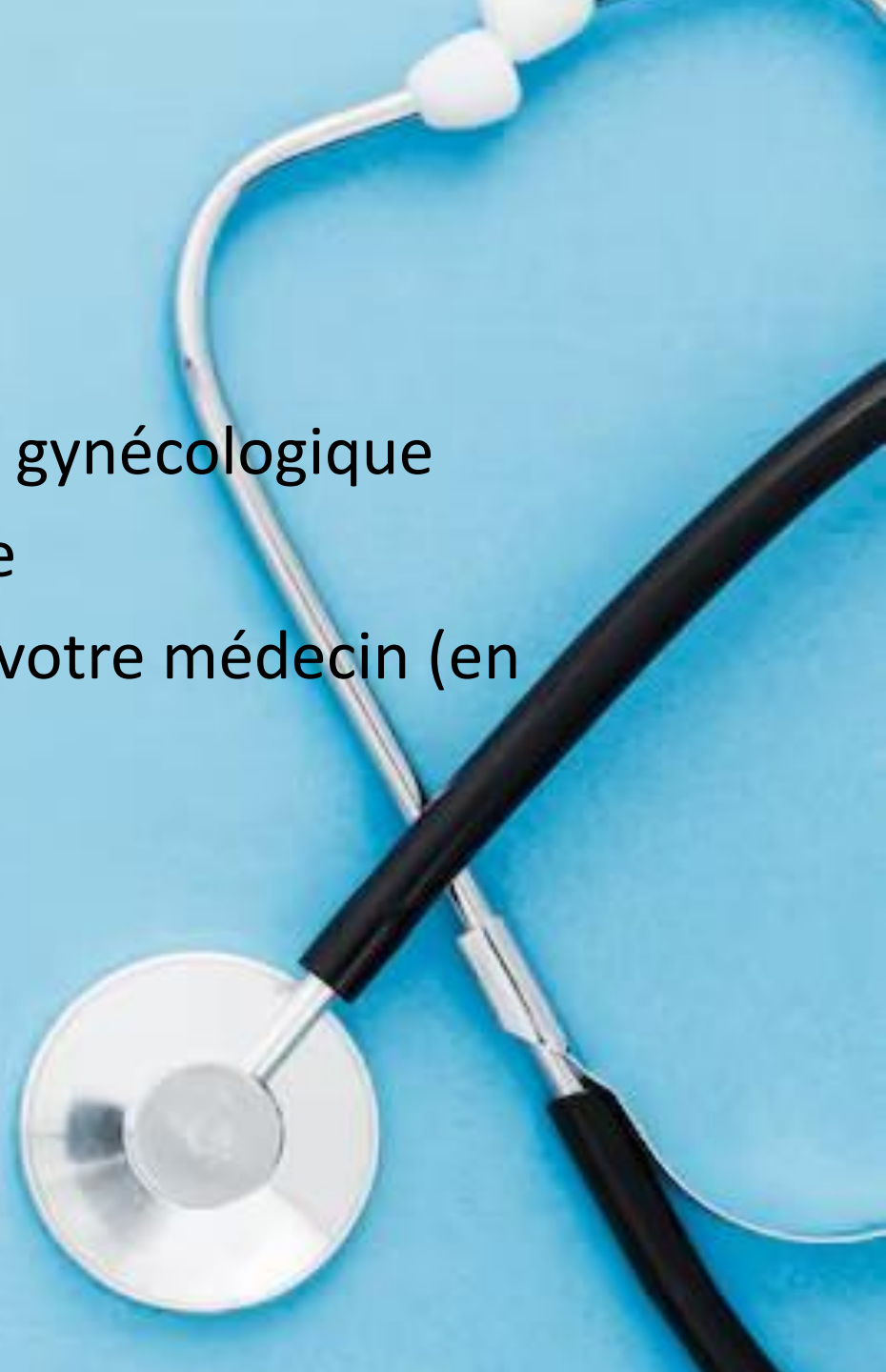
7. **Trousse à pharmacie**

8. **Conclusion**

Santé

- Partir en bonne santé : bilan dentaire récent, avis gynécologique
- Avis médical si pathologie chronique ou grossesse
- Scanner ordonnances et résumé médical fait par votre médecin (en anglais si possible)
- Scanner carnet de santé
- Identifier médecins et hôpitaux sur place:

www.diplomatie.gouv.fr



Assurances

- Vérifier si convention CPAM (ameli.fr)
- Assurance adaptée au séjour (activités et durée) et à votre état de santé (grossesse, maladies chroniques..)

Partir avec le contact de l'assurance.



les soins médicaux coûtent très cher à l'étranger

- Fil d'Ariane : s'inscrire sur **www.diplomatie.gouv.fr** pour avoir les alertes

fil d'Ariane
vos alertes voyage

Le calendrier vaccinal français

Partir avec un carnet de vaccination à jour

- **ROR** : épidémie régulièrement dans le monde
- **DTPC**: penser au rappel des 25 ans (puis 45ans, 65ans)
- **Hépatite B** (pour les séjours prolongés (>1mois) en cas de blessures, sutures, tatouages, relations sexuelles non protégées, piercing etc.)



Actualités vaccinales

- Recrudescence de **Méningites ACWY/ B** en France chez les 15-25 ans. Vaccination recommandée (remboursé par la sécurité sociale)
- **HPV Papillomavirus** : vaccination recommandée et étendue pour toutes les filles et garçons jusqu'à 26 ans révolus (remboursé par la sécurité sociale)

Risques liés à l’eau et aux aliments



- **boissons capsulées** (sans glaçon) ou eau **bouillie** ou **purifiée** (AQUATABS – MICROPUR Forte), même pour vous laver les dents,
- **Manger bien cuit et chaud**
- **Eplucher les fruits**
- **Hygiène des mains +++** : lavage des mains, gel hydroalcoolique









Pathologies du voyage

Tourista

Concerne 30 à 70 % des voyageurs Dès les 3 premiers jours



Symptômes les plus courants

- Diarrhées importantes 100 % (minimum 3 selles liquides par jour)
- Crampes abdominales 60 %
- Vomissements 10 %
- Fièvre 10 à 30%
- Asthénie (fatigue)

Traitement

- Anti-diarrhéiques
- Réhydratation
- Evolution:
  Sans traitement : 3 à 4 jours avant résolution spontanée
  8% à 15% > une semaine
  2% à 10 % : diarrhée chronique > 1 mois

Maladie très contagieuse

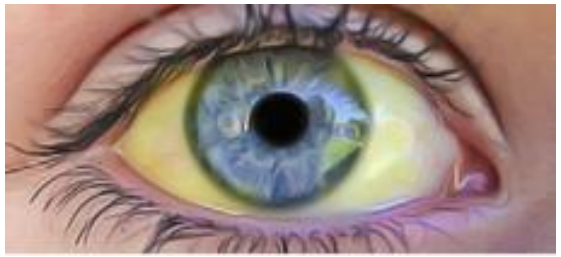
Pathologies du voyage

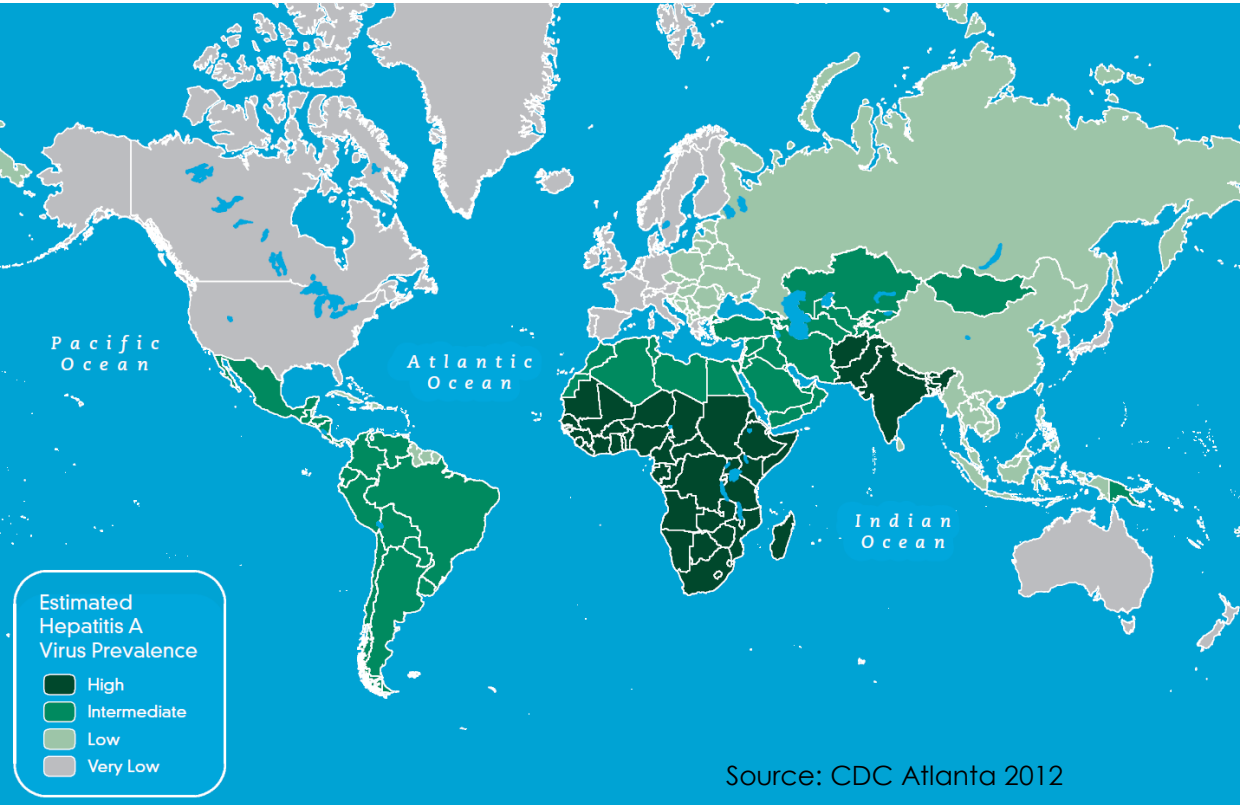
Hépatite A

Atteinte du foie, appelée jaunisse

- Douleurs abdominales
- Ictère (jaunisse) 70 %
- Fatigue majeure (pouvant durée plusieurs mois)

Maladie très contagieuse





Vaccination recommandée quel que soit le type de séjour et la durée

Pathologies du voyage

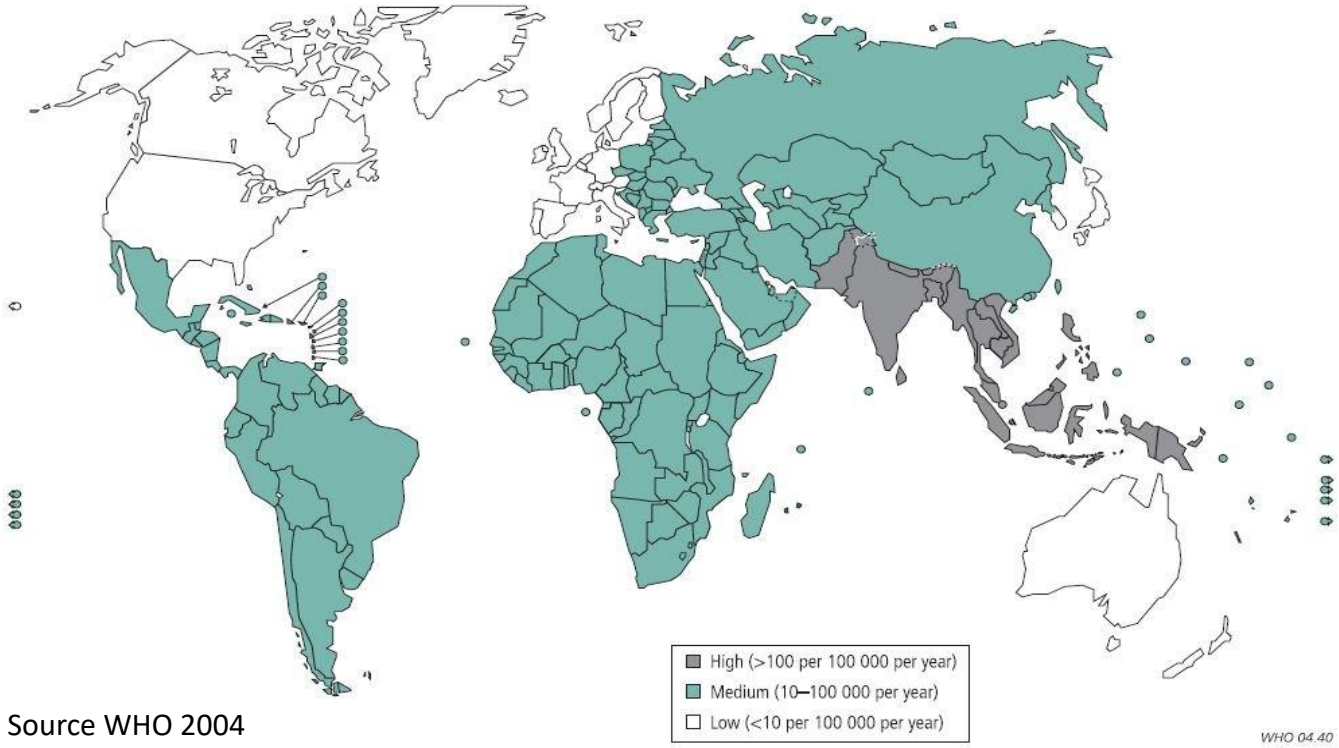
Fièvre Typhoïde

Septicémie d'origine alimentaire

- Température élevée
- Céphalées, confusion
- Troubles gastro-intestinaux majeurs
- Déshydratation



Vaccination recommandée séjours long (>1mois) Afrique, Asie ou conditions précaires



Source WHO 2004

Risques liés aux moustiques



Limiter les risques de maladies en se protégeant des piqûres

- Répulsifs cutanés (DEET 50 %) 3X /jour



- Habits longs, clairs couvrants, chaussures fermées (principalement soirées, nuit et saison des pluies)



- Moustiquaire (+ Climatisation si possible)



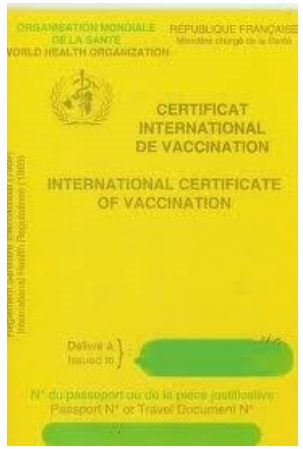
- Vaccination



Pathologies du voyage

Fièvre Jaune

- Maladie grave potentiellement mortelle
- Pas de traitement



<u>Vaccination obligatoire</u> pour certains pays, au moins 10 jours avant départ !

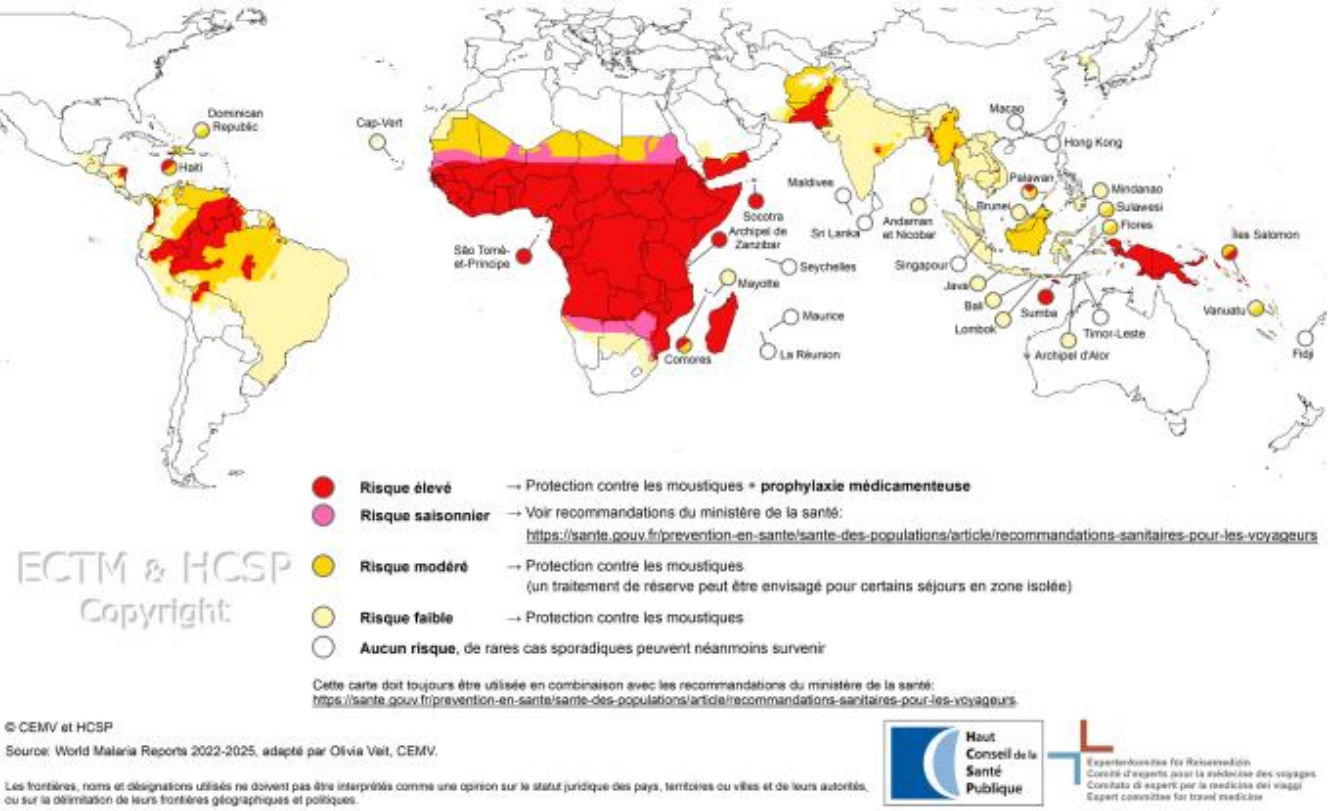




Pathologies du voyage

Paludisme

- Maladie potentiellement mortelle
- Pas de vaccin
- Traitement oral préventif nécessaire pour l'Afrique
- Prévention piqures de moustiques ++ pour Amériques du Sud et Asie
  (dans la majorité des cas pas de traitement préventif)



Consulter en cas de **fièvre** sur place

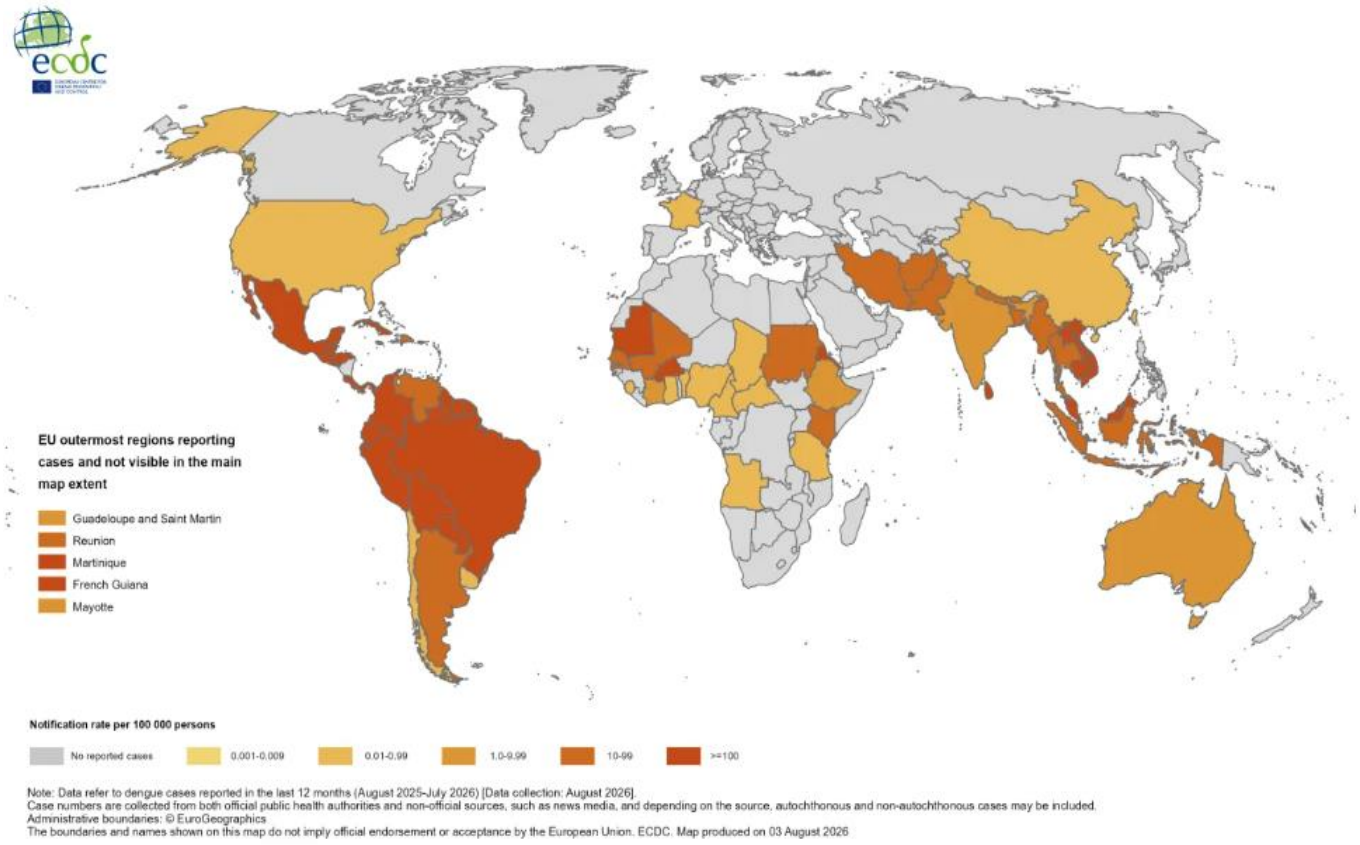
ou fièvre <u>dans les 3 mois</u> après votre retour

Pathologies du voyage

Dengue

- Maladie virale transmise par piqûre de moustique (4 sérotypes)
- Asymptomatique dans 50 à 90 % des cas
- Symptômes habituels : Syndrome grippal
- **La survenue d'une forme grave est rare (moins de 1% chez les voyageurs)**
- Il n'existe pas de traitement curatif de la dengue

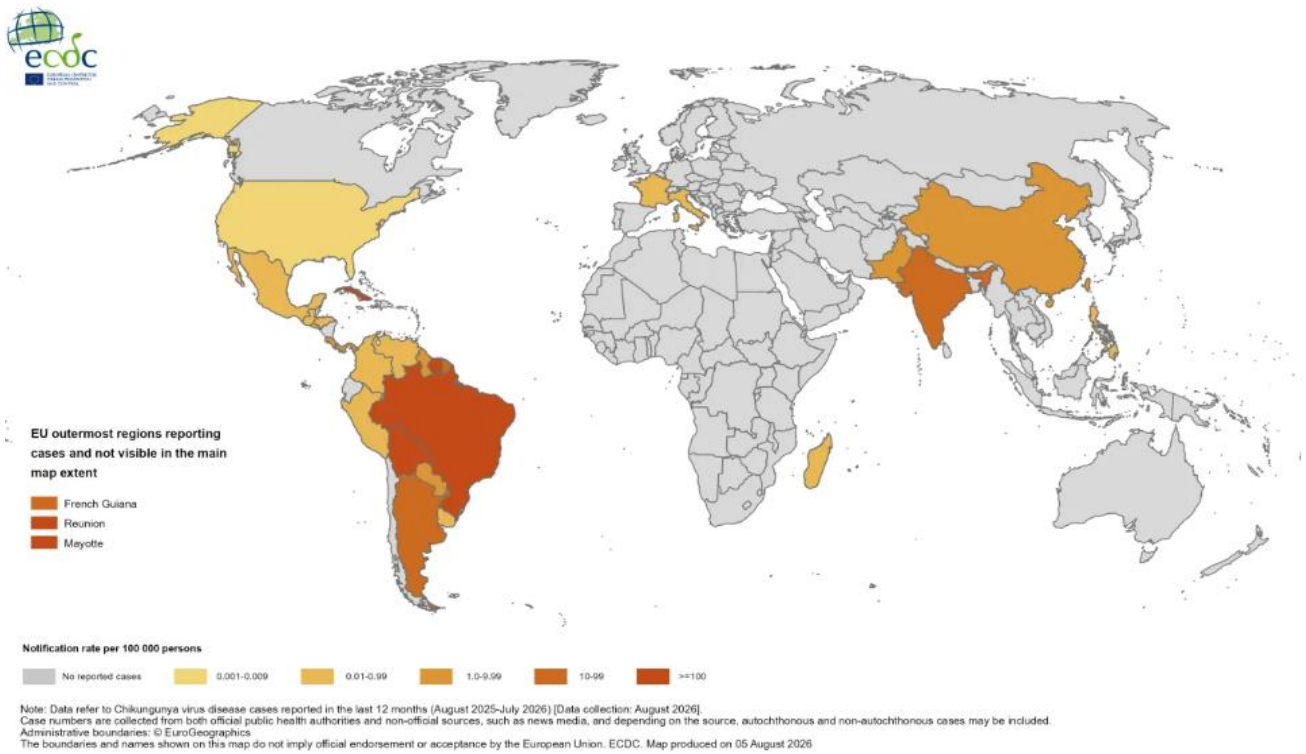
vaccination recommandée si épidémie ou séjour >à 1 mois dans zone à risque élevé



Taux de notification des cas de dengue sur douze mois pour 100 000 habitants, août 2025-juillet 2026

Pathologies du voyage

Chikungunya



Taux de notification des cas de chikungunya pour 100 000 habitants sur 12 mois, août 2025-juillet 2026

- **Symptomatiques dans 75% des cas** ; Fièvre, arthralgies +++ pouvant durer plusieurs semaines, une éruption cutanée, des myalgies, des céphalées, asthénie
- Les formes sévères sont rares
- **Phase chronique possible marquée par des douleurs articulaires persistantes >3mois**

vaccination recommandé si épidémie en cours où séjour > 1mois en zone à risque élevé

Pathologies du voyage

Encéphalite japonaise

- Risque de graves séquelles neurologiques
- Parfois mortelle
- Prevention piqûres +++ (pendant la nuit et en soirée, du crépuscule jusqu'à l'aube)

vaccination recommandée si séjour > 1 mois en Asie du Sud Est ou expositon ++ zone de rizières et élévage de porc

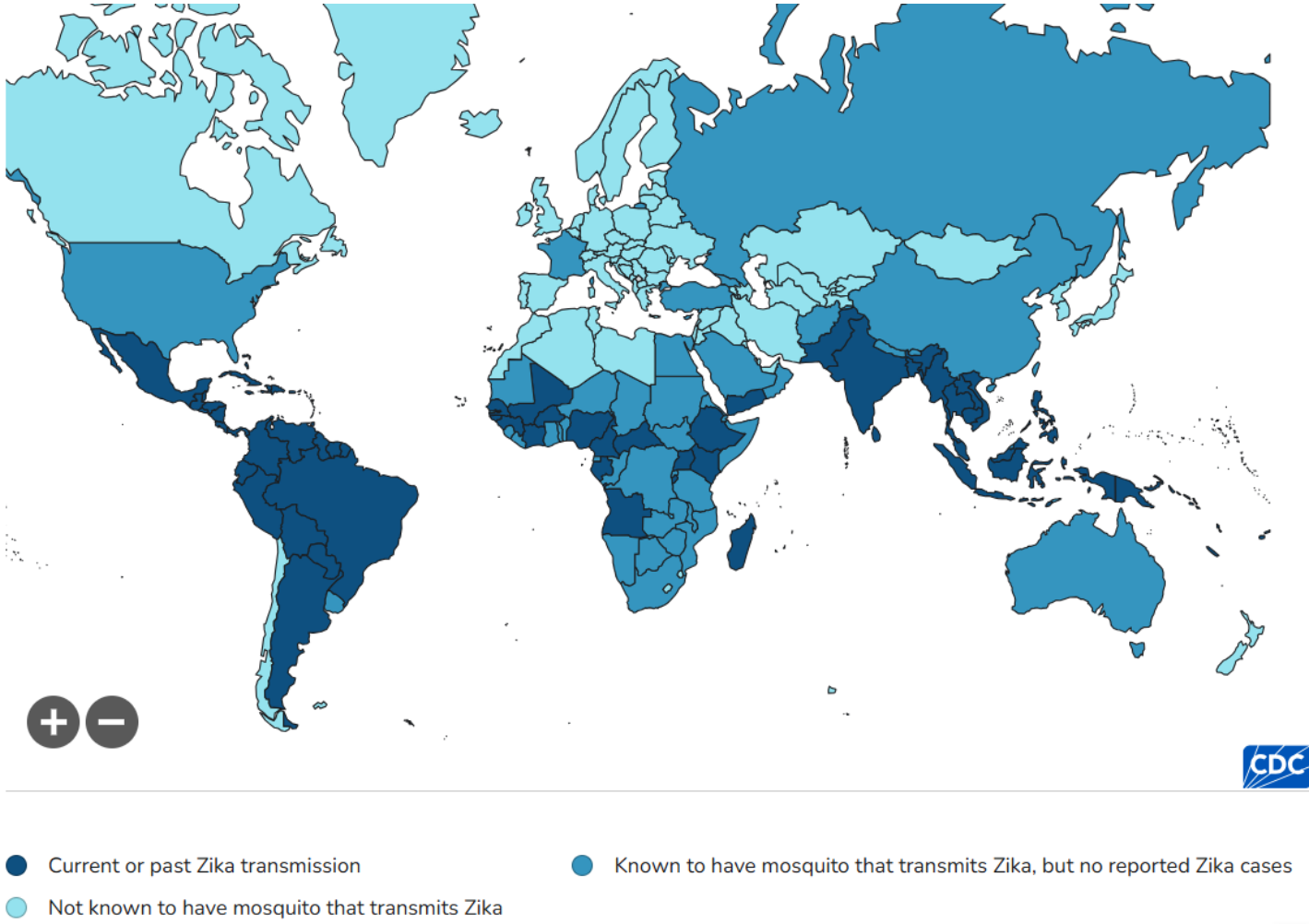




Pathologies du voyage

Zika

- Maladie bénigne
- ⚠ Attention grossesse et zika (microcéphalie foetale)
- **Prévention des piqures ++**



Source CDC 2026

Risques liés aux maladies à transmission respiratoire

Pathologies du voyage

Méningite ACWY

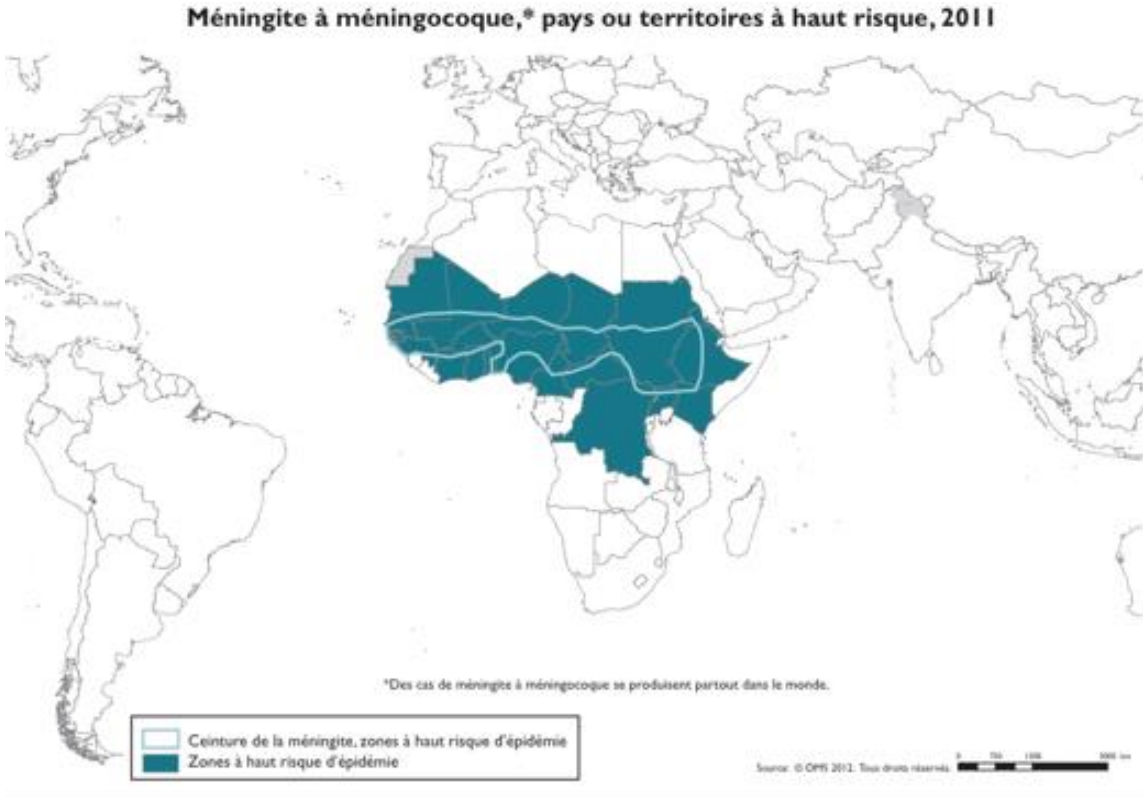
Atteinte des enveloppes recouvrant le cerveau

- Maux de tête
- Raideur de nuque
- Fièvre
- Photophobie

Vaccination recommandée si :

- séjour en Afrique subsaharienne en période sèche
- contacts +++ avec la population locale
- stage ou travail social ou médical

Ceinture méningitique



Pathologies du voyage

GRIPPE

- Maladie saisonnière (chez nous !), connue de tous, mais considérée comme négligeable.
- Présente dans le monde entier
- Se contracte facilement dans les lieux publics (aéroports, gares…).
- Dangereuse pour les femmes enceintes, les jeunes enfants, personnes âgées et personnes avec comorbidités.

Symptômes: Fièvre, céphalées, courbature, fatigue



Prévention : Vaccin annuel



Autres

Pathologies du voyage

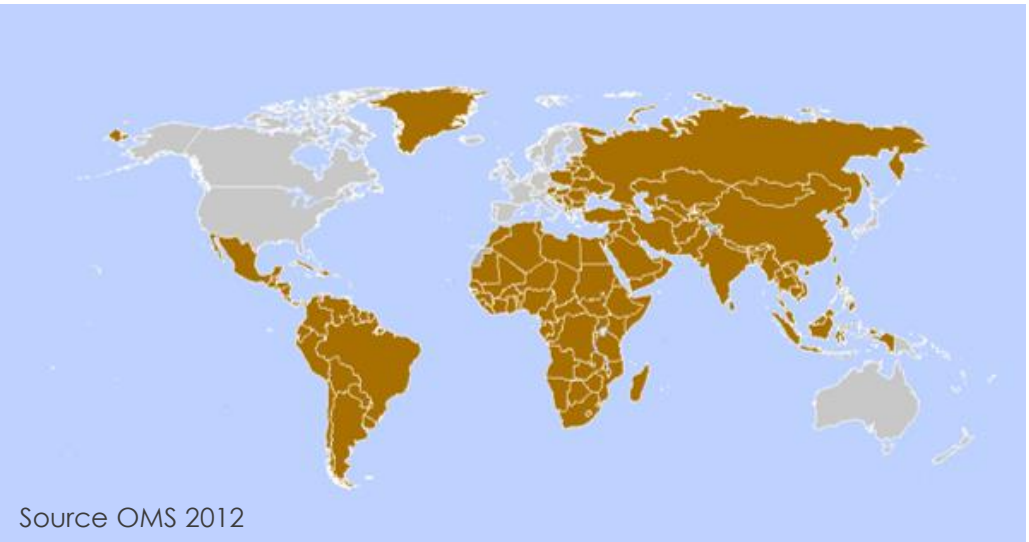
Rage

Maladie s'attaquant au système nerveux, mortelle dans **100%** des cas si la maladie se déclare

Transmission:
Salive des mammifères porteurs : **morsure, griffure, léchage sur muqueuse ou peau lésée**

Prévention: Ne pas s'approcher des mammifères terrestres

Si exposition: lavage abondant eau + savon (15min) + désinfection
Consulter dans les 24h un centre antirabique pour recevoir un traitement post-exposition


Source OMS 2012

Vaccination recommandée si séjour >1mois, ou isolé ou contact++ animaux







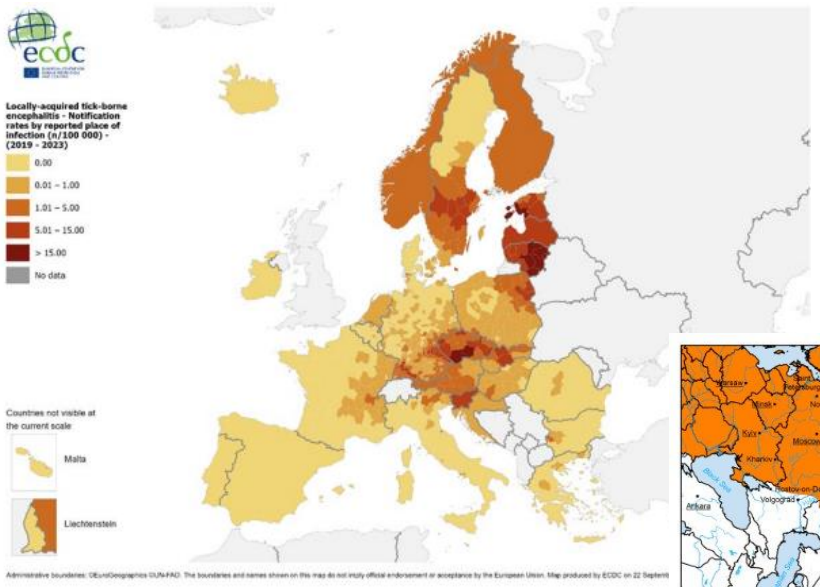


Pathologies du voyage

Encéphalite à tiques

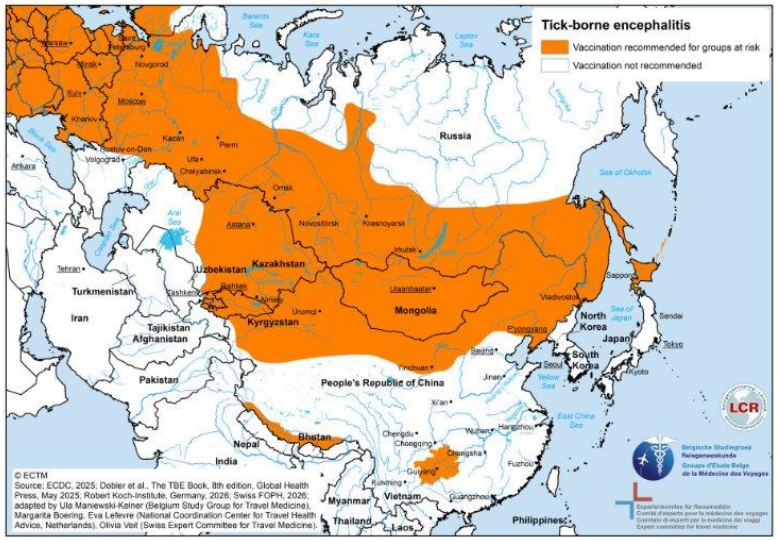
Maladie transmise par une tique contaminée, peut causer de graves séquelles neurologiques.

Transmission:
du printemps à l'automne en zone rurale, boisée et forestière.





Prévention:
Répulsif à tique lors des randonnées, pantalon long, chaussures fermées, inspection corporelle



Vaccination

selon les conditions de séjour

Trousse à Pharmacie de Voyage

- Traitements dans leur emballage avec ordonnance. Répartis entre cabine et soute et prévoir du surplus

- Traitement contre la tourista (Tiorfan, spasfon, paracetamol)

- compresses stériles, désinfectant, pansements, sutures adhésives, crème post brûlures, sels de réhydratation (enfants), pince à épiler, tire-tique, thermomètre, sérum physiologique, préservatifs (NF), crème solaire indice 50+ , répulsif à moustique

- Eviter l'achat de médicaments à l'étranger (risque de contrefaçons)



Conclusion

- Vous renseigner sur les risques sanitaires de votre destination auprès de votre médecin ou centre de vaccination international.
- Pensez aux assurances et photocopie du carnet de santé à jour (carnet jaune pour les zones obligatoires)
- Soyez vigilent à ce que vous mangez, buvez et l'hygiène des mains
- Protégez-vous des piqures de moustiques et consulter en cas de Fièvre (jusqu'à 3 mois après le retour)
- Evitez le contact avec les animaux
- Ne pas oublier vos bon reflexes: casque de moto, ceinture en voiture, crème solaire, Preservatifs…

Quelques sites de référence:

www.miit-lyon.com

www.cdc.gov

www.mesvaccins.net

www.diplomatie.gouv.fr

www.ecdc.europa.eu

Centre de vaccinations internationales et médecine du voyage:

- Consultations présentiel ou téléconsultation de préparation à vos séjours à l'étranger.
- Téléconsultation en cas de besoin d'avis pendant votre séjour
- Consultation si problème au retour

www.miit-lyon.com

173 rue Léon Blum
69100 Villeurbanne