Vacances : il vaut mieux prévenir que guérir

Abderrahim DERRAJI - 2016-06-28 13:45:52 - Vu sur pharmacie.ma

La plupart de nos concitoyens attendent la fin du mois de Ramadan pour partir en vacances. Si par le passé, partir en vacances était synonyme d'insouciance et de sécurité, aujourd'hui ce n'est plus le cas. Cette période peut même se transformer en vrai cauchemar, particulièrement quand un événement inattendu vient affecter la santé du voyageur. Pour éviter de tels désagréments, le candidat au voyage doit prendre certaines précautions d'ordre sanitaire en rapport avec la destination choisie.

Pour certains pays, des vaccinations peuvent être exigées avant même l'octroi du visa. C'est le cas des zones intertropicales d'Afrique et d'Amérique du Sud, où le vaccin contre la fièvre jaune doit être administré au moins 10 jours avant le départ. De même, les personnes qui désirent se rendre à la Mecque doivent obligatoirement se faire vacciner contre la méningite.

Pour les personnes qui voyagent dans des régions où l'hygiène peut s'avérer défectueuse, la vaccination contre l'hépatite A et la fièvre typhoïde sont fortement recommandées.

Malheureusement, pour certaines maladies nous ne disposons pas encore de vaccin, c'est le cas de la maladie à virus Zika. Les voyageurs doivent prendre en considération ce nouveau risque sanitaire, d'autant plus qu'il peut être à l'origine de cas de microcéphalie et du syndrome de Guillain-Barré.

Le ministère de la santé marocain a élaboré en début d'année un dépliant qui s'intitule « Comment se protéger contre le virus Zika ? » (1). Par ce support, il a attiré l'attention des voyageurs et particulièrement les femmes enceintes sur la nécessité de suivre certaines recommandations pour éviter d'attraper la maladie à virus Zika. De son côté, l'OMS déconseille aux femmes enceintes de se rendre dans les régions touchées par ce virus (2). Et quand leur conjoint vit ou se rend dans ces zones, elles doivent adopter des pratiques sexuelles à moindre risque ou s'abstenir de toute relation sexuelle pendant toute la durée de la grossesse. Bien évidemment, ces vaccinations ne peuvent dispenser le voyageur des vaccins classiques prévus par le plan national d'immunisation.

Chez les malades chroniques, un avis favorable du médecin traitant est nécessaire avant toute vaccination. Les précautions à prendre seront en fonction de leur pathologie. Ils doivent ramener avec eux leurs traitements en prévoyant une quantité suffisante pour un mois supplémentaire de traitement. Une ordonnance rédigée en anglais avec une prescription en DCI peut, dans certains cas, s'avérer utile. Le transport des médicaments thermolabiles nécessite à son tour une attention particulière sans oublier que la congélation comme la chaleur peuvent altérer la qualité de certains médicaments.

Pour conclure, le rôle du professionnel de santé est capital aussi bien pour informer les voyageurs qui s'apprêtent à partir en vacances que pour ceux qui choisissent notre pays pour y passer leurs vacances. Abderrahim DERRAJI

(1) http://pharmacie.ma/uploads/pdfs/circulaire-MS-Maladie-virus-Zika.pdf (2) http://www.who.int/mediacentre/factsheets/zika/fr/