

## TABLEAU DES TRAITEMENTS PRÉVENTIFS ET DES VACCINATIONS

Les informations reprises dans le Passeport Question Santé sont données à titre indicatif.

En effet, le conseil au voyageur doit être individualisé : dans un même pays, les précautions peuvent s'appliquer uniquement à certains voyageurs ou pendant certaines saisons ou dans certaines régions du pays...

- Le tableau reprend les recommandations pour chaque pays. Il est établi à partir de données de l'Organisation Mondiale de la Santé et du Groupe Belge d'Etude Scientifique de la Médecine du Voyage (en collaboration avec l'Institut de Médecine Tropicale [IMT] et la Société Scientifique de Médecine Générale).
- Faites confirmer ces informations par votre médecin de famille (ou un centre agréé), afin de vérifier leur actualité et de les adapter à votre cas particulier.
- Voyez votre médecin traitant **au moins** un mois avant **votre départ**.
- Rappel : les vaccinations tétanos/diphtérie, polio-myélite sont indispensables pour tous, voyageurs ou non (voir p. 15).
- D'autres vaccins spécifiques peuvent être conseillés (voir p. 19 : Autres vaccinations).
- Pensez à demander votre passeport et, si nécessaire, votre visa.
- Renseignez-vous auprès de votre mutuelle (la plupart rembourse partiellement les vaccins pour les voyageurs) et pensez à une assurance assistance-voyage.

## LÉGENDE DU TABLEAU (PAGES 3 À 9)



PRÉVENTION IMPÉRATIVE OU RECOMMANDÉE. CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN.



PRÉVENTION RECOMMANDÉE DANS CERTAINES CIRCONSTANCES

CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN.

Pour la fièvre jaune: mesure administrative voir page 18.

Pour l'hépatite B, voir page 17.

Le ■ correspond à des pays à moyenne ou basse endémie, le ■ à des pays à haute endémie.

-

PAS DE MESURES PARTICULIÈRES



PRÉCAUTIONS



RISQUES LIMITÉS À CERTAINES RÉGIONS UNIQUEMENT (VOIR PAGE 23)

## Légende des abréviations des noms de maladies dans le tableau des traitements préventifs et des vaccinations

F. jaune	Fièvre jaune	voir page 18
Hép. A	Hépatite A	voir pages 16-17
Hép. B	Hépatite B	voir pages 16-17
Mén.	Méningite à méningocoques	voir page 19
F. typh.	Fièvre typhoïde	voir page 18
Mal.	Malaria	voir page 13
Schis.	Schistosomiase	voir page 23

Un tableau beaucoup plus détaillé est disponible sur le site de l'Institut de Médecine Tropicale [www.itg.be](http://www.itg.be) ou [www.medecinedesvoyages.be](http://www.medecinedesvoyages.be)

## Tableau des précautions préventives et des vaccinations

Pays	F. jaune	Hép. A	Hép. B	Mén.	F. typh.	Mal.	Schis.
AFGHANISTAN	■	+	■	-	+	■	-
AFRIQUE DU SUD	■	■	■	-	■	■	▲
ALBANIE	■	+	■	-	+	-	-
ALGÉRIE	■	+	■	-	■	-	▲
ANGOLA	+	+	■	■	+	+	▲
ANTIGUA/BARBUDA	■	■	■	-	■	-	▲
ANTILLES							
NÉERLANDAISES	■	■	■	-	-	-	-
ARABIE SAOUDITE	■	+	■	■	■	■	▲
ARGENTINE	-	+	■	-	■	■	-
ARMÉNIE	-	+	■	-	■	-	-
AUSTRALIE	■	-	■	-	-	-	-
AZERBAÏDJAN	-	+	■	-	+	■	-
BAHAMAS	■	-	■	-	-	-	-
BAHREIN	-	■	■	-	■	-	-
BANGLADESH	■	+	■	-	+	■	-
BARBADES	■	■	■	-	■	-	-
BÉLARUS	-	+	■	-	■	-	-
BELIZE	■	+	■	-	■	■	-
BENIN	+	+	■	■	+	+	▲
BHOUTAN	■	+	■	-	+	■	-
BOLIVIE	+	+	■	-	+	+	-
BOSNIE-HERZÉGOVINE	-	+	■	-	■	-	-
BOTSWANA	■	+	■	-	+	■	▲
BRÉSIL	+	+	■	-	+	+	▲
BRUNÉI	■	■	■	-	■	-	-
BULGARIE	-	+	■	-	■	-	-
BURKINA FASO	+	+	■	■	+	+	▲
BURUNDI	+	+	■	■	+	+	▲
CAMBODGE	■	+	■	-	+	+	▲
CAMEROUN	+	+	■	■	+	+	▲
CAP-VERT	■	+	■	-	+	-	-
CHILI	■	+	■	-	■	-	-

LÉGENDE PAGE 3

Pays	F. jaune	Hép. A	Hép. B	Mén.	F. typh.	Mal.	Schis.
CHINE	■	+	■	-	■	■	▲
CHRISTMAS	■	+	■	-	■	-	-
CHYPRE	-	■	■	-	-	-	-
COLOMBIE	+	+	■	-	+	■	-
COMORES	-	+	■	-	+	+	-
CONGO (BRAZZAVILLE)	+	+	■	■	+	+	▲
CONGO (RÉP. DÉM.)	+	+	■	■	+	+	▲
COOK (ÎLES)	-	+	■	-	■	-	-
CORÉE DU NORD	-	+	■	-	+	-	-
CORÉE DU SUD	-	■	■	-	-	-	-
COSTA RICA	-	+	■	-	■	■	-
CÔTE D'IVOIRE	+	+	■	■	+	+	▲
CROATIE	-	■	■	-	■	-	-
CUBA	-	+	■	-	■	-	-
DJIBOUTI	■	+	■	■	+	+	-
DOMINIQUE	■	+	■	-	■	-	-
EGYPTE	■	+	■	-	+	-	▲
EL SALVADOR	■	+	■	-	+	■	-
ÉMIRATS ARABES UNIS	-	■	■	-	■	■	-
ÉQUATEUR	+	+	■	-	+	■	-
ÉRYTHRÉE	■	+	■	■	+	+	-
ÉTHIOPIE	+	+	■	■	+	+	▲
FALKLAND (ÎLES)	-	+	■	-	■	-	-
FIDJI (ÎLES)	■	+	■	-	■	-	-
GABON	+	+	■	-	+	+	▲
GAMBIE	+	+	■	■	+	+	▲
GÉORGIE	-	+	■	-	■	■	-
GHANA	+	+	■	■	+	+	▲
GRENADE	■	+	■	-	■	-	-
GROENLAND	-	■	■	-	-	-	-
GADELOUPE	■	■	■	-	■	-	▲
GUAM	-	+	■	-	■	-	-
GUATÉMALA	■	+	■	-	■	■	-
GUINÉE (CONAKRY)	+	+	■	■	+	+	▲

Pays	F. jaune	Hép. A	Hép. B	Mén.	F. typh.	Mal.	Schis.
GUINÉE BISSAU	+	+	■	■	+	+	▲
GUINÉE ÉQUATORIALE	+	+	■	-	+	+	▲
GUYANA (BRIT)	+	+	■	-	■	+	-
GUYANE (FR)	+	+	■	-	■	■	-
HAÏTI	■	+	■	-	+	■	-
HONDURAS	■	+	■	-	■	■	-
HONG KONG (S.A.R.)	-	■	■	-	-	-	-
INDE	■	+	■	-	+	■	▲
INDONÉSIE	■	+	■	-	+	■	▼
IRAN	-	+	■	-	+	■	▲
IRAQ	■	+	■	-	+	■	▲
ISRAËL	-	■	■	-	■	-	-
JAMAÏQUE	■	+	■	-	■	-	-
JORDANIE	■	+	■	-	■	-	▲
KAZAKHSTAN	■	+	■	-	+	-	-
KENYA	+	+	■	■	+	+	▲
KIRGHIZISTAN	-	+	■	-	+	-	-
KIRIBATI	■	+	■	-	■	-	-
KOWEIT	-	■	■	-	■	-	-
LAOS	■	+	■	-	+	+	▲
LESOTHO	■	+	■	-	+	-	-
LIBAN	■	+	■	-	■	-	▲
LIBÉRIA	+	+	■	■	+	+	▲
LIBYE	■	+	■	-	+	-	▲
MACAO	-	■	■	-	-	-	-
MACÉDOINE	-	■	■	-	-	-	-
MADAGASCAR	-	+	■	-	+	+	▲
MADÈRE ET AÇORES	■	■	■	-	-	-	-
MALAISE	■	+	■	-	■	■	▼
MALAWI	■	+	■	-	+	+	▲
MALDIVES	■	+	■	-	■	-	-
MALI	+	+	■	■	+	+	▲
MALTE	■	■	■	-	-	-	-
MARIANNES (ÎLES)	-	+	■	-	■	-	-

LÉGENDE PAGE 3

Pays	F. jaune	Hép. A	Hép. B	Mén.	F. typh.	Mal.	Schis.
MAROC	-	+	■	-	■	-	▲
MARSHALL (ÎLES)	-	+	■	-	■	-	-
MARTINIQUE	-	■	■	-	■	-	▲
MAURICE (ÎLE)	■	■	■	-	■	-	▲
MAURITANIE	+	+	■	■	+	■	▲
MAYOTTE (COMORES FR)	-	+	■	-	+	+	-
MEXIQUE	-	+	■	-	■	■	-
MICRONÉSIE (ÉTATS FÉDÉRÉS DE)	-	+	■	-	■	-	-
MOLDAVIE	-	+	■	-	■	-	-
MONGOLIE	-	+	■	■	+	-	-
MONTSERRAT	■	■	■	-	■	-	▲
MOZAMBIQUE	■	+	■	■	+	+	▲
MYANMAR	■	+	■	-	+	■	-
NAMIBIE	■	+	■	-	+	■	▲
NAURU	■	+	■	-	■	-	-
NÉPAL	■	+	■	-	+	■	-
NICARAGUA	■	+	■	-	+	■	-
NIGER	+	+	■	■	+	+	▲
NIGÉRIA	+	+	■	■	+	+	▲
NIOUE	■	+	■	-	■	-	-
NOUVELLE CALÉDONIE	■	+	■	-	■	-	-
OMAN	■	■	■	-	■	-	▲
OUGANDA	+	+	■	■	+	+	▲
OUBÉKISTAN	-	+	■	-	+	-	-
PACIFIQUE (ÎLES DU)	-	+	■	-	+	-	-
PAKISTAN	■	+	■	-	+	■	-
PALAU	■	+	■	-	■	-	-
PANAMA	+	+	■	-	■	■	-
PAPOUASIE NOUVELLE GUINÉE	■	+	■	-	+	+	-
PARAGUAY	■	+	■	-	■	■	-
PÉROU	+	+	■	-	+	+	-
PHILIPPINES	■	+	■	-	■	■	▲

LÉGENDE PAGE 3

Pays	F. jaune	Hép. A	Hép. B	Mén.	F. typh.	Mal.	Schis.
------	----------	--------	--------	------	----------	------	--------

PITCAIRN	■	+	■	-	■	-	-
POLYNÉSIE FRANÇAISE	■	+	■	-	■	-	-
PORTO RICO	-	+	■	-	■	-	▲
QATAR	-	■	■	-	■	-	-
RÉP. CENTRAFRICAINE	+	+	■	■	+	+	▲
RÉP. DOMINICAINE	-	+	■	-	■	■	▲
RÉUNION (ÎLE DE LA)	■	■	■	-	■	-	-
ROUMANIE	-	+	■	-	■	-	-
RUSSIE	-	+	■	-	■	-	-
RWANDA	+	+	■	■	+	+	▲
SAINTE-HÉLÈNE	■	■	■	-	■	-	-
SAINTE-LUCIE	■	■	■	-	■	-	▲
SAINT-KITTS-ET-NEVIS	■	■	■	-	■	-	-
SAINT-VINCENT ET-GRENADINES	■	■	■	-	■	-	-
SALOMON (ÎLES)	■	+	■	-	+	+	-
SAMOA	■	■	■	-	■	-	-
SAO TOMÉ & PRINCIPE	+	+	■	-	+	+	▲
SÉNÉGAL	+	+	■	■	+	+	▲
SERBIE ET MONTENEGRO	-	■	■	-	■	-	-
SEYCHELLES	■	■	■	-	+	-	-
SIERRA LEONE	+	+	■	■	+	+	▲
SINGAPOUR	■	■	■	-	-	-	-
SOMALIE	+	+	■	■	+	+	▲
SOUDAN	+	+	■	■	+	+	▲
SRI LANKA	■	+	■	-	+	■	-
SURINAME	+	+	■	-	+	+	▲
SWAZILAND	■	+	■	-	+	+	▲
SYRIE	■	+	■	-	■	-	▲
TADJIKISTAN	-	+	■	-	+	■	-
TAÏWAN	-	+	■	-	■	-	▲
TANZANIE	+	+	■	■	+	+	▲
TCHAD	+	+	■	■	+	+	▲
THAÏLANDE	■	+	■	-	■	-	-

LÉGENDE PAGE 3

Pays	F. jaune	Hép. A	Hép. B	Mén.	F. typh.	Mal.	Schis.
TIMOR-LESTE	-	+	■	-	+	+	-
TOGO	+	+	■	■	+	+	▲
TONGA	■	+	■	-	■	-	-
TRINITÉ ET TOBAGO	+	■	■	-	■	-	-
TUNISIE	■	+	■	-	■	-	▲
TURKMENISTAN	-	+	■	-	+	-	-
TURQUIE	-	+	■	-	■	■	▲
TUVALU	-	+	■	-	■	-	-
UKRAINE	-	+	■	-	■	-	-
URUGUAY	-	+	■	-	■	-	-
VANUATU	-	+	■	-	■	+	-
VÉNÉZUÉLA	+	+	■	-	■	■	▲
VIERGES (ÎLES)	-	■	■	-	■	-	-
VIET-NAM	■	+	■	-	+	■	-
WAKE (ÎLE)	-	+	■	-	■	-	-
YÉMEN	■	+	■	-	+	+	▲
ZAMBIE	-	+	■	■	+	+	▲
ZIMBABWE	■	+	■	-	+	+	▲

LÉGENDE PAGE 3

La vaccination contre l'hépatite A (et dans certains cas contre l'hépatite B voir pages 16-17), peut être conseillée pour les pays de la Communauté européenne suivants : Espagne, Estonie, Grèce, Hongrie, Italie, Lettonie, Lituanie, Pologne, Portugal, Slovaquie, Slovénie, Tchéquie, pays de l'ex-Yougoslavie.

## Choléra

Le risque de choléra est extrêmement faible pour les voyageurs respectant les règles d'hygiène de l'alimentation (p. 20). Suivant des informations de l'Organisation Mondiale de la Santé, plus aucun pays ne devrait exiger l'attestation de vaccination.



## LES CENTRES DE VACCINATION AGRÉÉS

(Pour le certificat international de vaccination : fièvre jaune)

- ***Institut de Médecine Tropicale - Travel Clinic***

Kronenburgstraat, 43/3 – 2000 Antwerpen

Web : <http://www.itg.be> (gratuit et 24h/24h)

Travelphone : 0900/10110 (0,45 €/min 24h/24h)

Du lundi au vendredi, entre 9h et 17h, vous pouvez être mis en contact avec un opérateur. Consultations sans rendez-vous : du lundi au vendredi de 14h à 16h

- ***Service Public Fédéral des Affaires Étrangères***

Rue de Namur 59 - 1000 Bruxelles

Tél.: 02.501.35.11 - 02.501.35.24 - 02.501.35.25

Consult. sans rendez-vous : du lundi au vendredi de 9h à 11h30 et de 14h à 15h30

- ***Travel Clinic - CHU - Saint-Pierre***

Rue Haute 290 - 1000 Bruxelles

Tél.: 02.535.33.43

- ***Travel Clinic - CHU - Erasme***

Route de Lennik 808 - 1070 Bruxelles

Tél.: 02.555.84.00 [maladies.infectieuses.erasme@ulb.ac.be](mailto:maladies.infectieuses.erasme@ulb.ac.be)

- ***Polyclinique - Cliniques Universitaires VUB***

Av. du Laerbeek 101 - 1090 Bruxelles

Tél.: 02.477.60.01 (Adultes) jeudi après-midi et vendredi après-midi. 02.477.60.61 (Enfants) sur rendez-vous.

- ***CHU Charleroi - Polyclinique des Maladies Infectieuses***

Boulevard Zoé Drion - 6000 Charleroi

Tél.: 071.92.23.07 ou 071.92.23.06

- ***Centre de vaccinations - Cliniques universitaires Saint-Luc***

Av. Hippocrate 10 - 1200 Bruxelles

Tél.: 02.764.21.22 (sur rv : Lu je ve de 8h30 à 12h30)

- **Centre Hospitalier de l'Ardenne**  
Avenue de Houffalize 35 - 6800 Libramont  
Tél: 061.23.87.00
- **CHU de Liège - Médecine des voyageurs**  
Sart Tilman - Domaine Universitaire B35 - 4000 Liège  
Tél.: 04.366.77.86 (sur rendez-vous)
- **Polyclinique Brull - Médecine des voyageurs**  
Quai Godefroid Kurth 45 - 4000 Liège  
Tél.: 04.270.30.33 (sur rendez-vous)
- **Institut Provincial Malvoz**  
Quai du Barbou 4 - 4020 Liège  
Tél.: 04.344.79.54 (sur rendez-vous)
- **Centre Universitaire Ambroise Paré**  
Boulevard Kennedy 2 - 7000 Mons  
Tél.: 065.39.25.59
- **Centre Hospitalier Régional**  
Avenue Albert 1er 185 - 5000 Namur  
Tél.: 081.72.71.40
- **Centre de vaccinations internationales - Clinique St-Pierre**  
Avenue Reine Fabiola 9 - 1340 Ottignies  
Tél. général : 010.43.72.11 - Rendez-vous : 010.43.73.70  
pour Ottignies; 010.23.29.10 pour le Centre Médical de la  
Clinique Saint-Pierre, rue du Pont St-Jean 2 à Wavre.  
Les vaccinations se font sans rendez-vous le jeudi de 14h à  
17h.
- **Centre Hospitalier du Luxembourg - Service national des  
maladies infectieuses - Travel Clinic**  
Rue Barblé 4 - 1210 Luxembourg  
Tél.: +352.44.11.30.91
- **Travel Clinic - AZ Sint-Jan**  
Ruddershove, 10 - 8000 Brugge  
Tel.: 050.45.38.90 (enkel na afspraak)

- **Federale Overheidsdienst Buitenlandse Zaken**  
Naamsestraat 59 -1000 **Brussel**  
Tel.: 02.501.35.11 - 02.501.35.24 - 02.501.35.25  
Zonder afspraak van maandag tot vrijdag tussen 9u en 11u30 en tussen 14u en 15u30
- **Travel Clinic - UMC Sint-Pieter**  
Hoogstraat 290 - 1000 **Brussel**  
Tel.: 02.535.33.43
- **Travel Clinic - UMC - Erasme**  
Lennikstraat, 808 - 1070 **Brussel**  
Tel.: 02.555.84.00  
E-mail : maladies.infectieuses.erasme@ulb.ac.be
- **AZ VUB - Centrum voor Reis en Vaccinatieadvies**  
Laerbeeklaan 101 - 1090 **Brussel**  
Tel.: Volw. 02.477.60.01 - Kind. 02.477.60.61
- **Vaccinatiecentrum - Cliniques universitaires Saint-Luc**  
Av. Hippocrate 10 -1200 **Brussel**  
Tel.: 02.764.21.22 (op afspraak : ma do vrij tussen 8u30 en 12u30)
- **UZ Gent - Travel Clinic Poly 2**  
De Pintelaan 185 - 9000 **Gent**  
Tel.: 09.240.23.45 - 09.240.23.50  
Elke werkdag op afspraak, van 8u tot 12u30 en 13u30-17u
- **Vaccinatiecentrum van het Virga Jesse Ziekenhuis**  
Stadsomvaart 11 - 3500 **Hasselt**  
Tel.: 011.30.97.40  
Raadpleging op afspraak ma en do 16u - 18u
- **UZ Leuven Gasthuisberg - Dienst Inwendige Geneeskunde**  
Herestraat 49 - 3000 **Leuven**  
Tel.: 016.34.47.75

## TRAITEMENTS PRÉVENTIFS ET VACCINATIONS

### Malaria

La malaria (paludisme) est une maladie parasitaire transmise par les piqûres de moustiques. Elle peut prendre des formes graves, voire mortelles. Très souvent, la prise de médicaments préventifs est indispensable (à poursuivre après le retour).

**Consultez votre médecin généraliste** pour vos prescriptions (médicaments variant selon les zones géographiques et d'année en année).

**Signe d'alarme :** fièvre persistant plus de 24h (et t° dépassant 38° C).

**Autres symptômes :** maux de tête, état grippal, épuisement, vomissements, diarrhées. Consultez un médecin sur place.

**Malgré leur efficacité et une prise régulière, aucun médicament ne protège à 100% contre la malaria.**

#### *Pour prévenir les piqûres de moustiques :*

- dès le crépuscule, portez des vêtements clairs couvrant la totalité du corps;
  - utilisez un produit anti-moustique (contenant 20% au moins de DEET) à appliquer sur toutes les parties découvertes du corps.
- Attention : ces produits ne sont efficaces que quelques heures. Veillez à renouveler l'application;
- protégez la chambre ou le lit par une moustiquaire, de préférence imprégnée d'un produit insecticide.



Si une fièvre apparaît ou persiste après le retour, consultez immédiatement votre médecin traitant et demander qu'on fasse les tests pour exclure une malaria.

**ZONE DE CONTAGION : LES RÉGIONS TROPICALES ET INTERTROPICALES, VOIR TABLEAU P. 4 À 9.**

## Dengue

La dengue est une maladie infectieuse tropicale très répandue. Elle est transmise par un moustique du genre *Aedes* dont la particularité est de piquer le jour. Elle est actuellement en expansion dans de nombreuses régions tropicales. A l'inverse de la malaria, elle est aussi répandue dans les villes qu'en zone rurale.

**Symptômes** : forte fièvre, céphalées, douleurs musculaires et articulaires.

**Signes d'alarme** : hémorragies, chute de tension importante.

Il n'existe pas de traitement spécifique, la guérison est spontanée. L'aspirine ne peut être utilisée, mais seulement le paracétamol en tant qu'antipyrétique. Il n'existe pas de vaccin.

**Des mesures de protection contre les piqûres de moustiques forment une fois de plus la première ligne de défense.**

- Le moustique vecteur pique surtout durant la journée (dès les premières heures après le lever du soleil et jusqu'avant le coucher du soleil).

- Lorsqu'on utilise simultanément une crème solaire et un produit anti-moustiques à base de DEET, on conseille de recourir à des méthodes supplémentaires de protection contre les rayons UV (vêtements couvrants, crème à indice de protection élevé).

**ZONES DE CONTAGION : ZONES TROPICALES ET SUBTROPICALES DE LA PÉNINSULE INDIENNE, D'AMÉRIQUE CENTRALE ET DES CARAÏBES, D'AMÉRIQUE DU SUD; SUD-EST ASIATIQUE, INDONÉSIE, N-E DE L'AUSTRALIE, NOUVELLE-ZÉLANDE ET PLUS SPORADIQUEMENT EN AFRIQUE.**

## Poliomyélite

**La vaccination est nécessaire en cas de voyage en zone de contagion possible** (Afrique, Asie).

Chez une personne ayant reçu la vaccination de base complète (4 doses), un seul rappel protège à vie.

La vaccination des enfants comporte 4 premières doses (à 2, 3, 4 et 15 mois), puis un rappel à 6 ans.

L'adulte né avant 1950 n'a généralement jamais été vacciné et doit recevoir une vaccination de base.

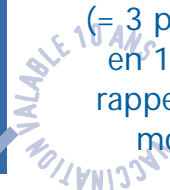


## Tétanos et diphtérie

Le vaccin contre le tétanos est indispensable pour tous, voyageurs ou non. Le vaccin contre la diphtérie est particulièrement recommandé pour les personnes voyageant dans les pays tropicaux et subtropicaux et indispensable dans tous les Etats de l'ancienne URSS.

Depuis 1996, on recommande en Belgique de vacciner les adultes tous les 10 ans contre le tétanos et la diphtérie, avec un vaccin bivalent.

**La vaccination des enfants** comporte 3 premières doses à 2, 3 et 4 mois, suivies d'un rappel à 15 mois, puis à 6 ans, et ensuite d'un rappel tous les 10 ans. Chez les personnes ayant reçu une vaccination complète (= 3 premières doses en 1 an), le dernier rappel doit dater de moins de 10 ans.



Attention, en cas de vaccination administrée il y a plus de 20 ans, une administration de deux doses à 6 mois d'intervalle est nécessaire.

## Hépatite A et hépatite B

L'hépatite A, appelée aussi «jaunisse», est la plus fréquente des infections évitables par vaccination, contractée par les voyageurs (après 1 mois de voyage «aventureux», environ 2% des voyageurs sont contaminés par le virus de l'hépatite A et développent la maladie).

La transmission est féco-orale, par les aliments, les boissons et les objets souillés (voir page 18).

L'hépatite B se transmet **par voie sexuelle et par le sang** (transfusion dans certains pays, seringue usagée; piercing et tatouage non stériles), mais aussi via les orphelins et les enfants des rues.

L'hépatite B peut évoluer vers une hépatite chronique, responsable parfois d'une cirrhose du foie.

- **Le vaccin contre l'hépatite A** est conseillé à tout voyageur à destination de l'Asie/Océanie, de l'Afrique et de l'Amérique Latine, et peut être conseillé pour certains pays de la Communauté européenne (voir page 9).

La vaccination de l'adulte et de l'enfant comporte 2 doses (la 2ème dose 6 mois à un an après la 1ère).  
Durée de protection : minimum 25 ans (probablement à vie).

**ZONES DE CONTAGION : VOIR TABLEAU P. 4 À 9.**

- Actuellement, en Belgique, **la vaccination des enfants contre l'hépatite B** comporte 3 premières doses, à 2, 3 et 4 mois, suivies d'un rappel à

VACCINATION VALABLE 10 ANS

15 mois. Les enfants de 11-12 ans non encore vaccinés reçoivent 3 doses (la 2ème dose un mois après la 1ère, la 3ème 6 à 12 mois après la 1ère). Le vaccin est aussi recommandé aux adolescents et adultes courant un risque de transmission de par leur profession (p.e. médicale ou paramédicale) ou leur mode de vie (comportement sexuel notamment). Durée de protection : à vie pour la grande majorité des personnes vaccinées

- Pour les experts belges, le **vaccin contre l'hépatite B** est conseillé principalement aux voyageurs adoptant des comportements à risque, et également à ceux qui se rendent régulièrement en Asie, Amérique latine et Afrique , ainsi qu'à ceux dont la durée du séjour dépasse 3 à 6 mois. Les pays à haut risque sont marqués ■ dans le tableau.

Des comportements à risque sont par exemple :

- un usage intraveineux de drogue, le tatouage ou le piercing;
- une grande probabilité d'intervention médicale ou dentaire pendant le séjour;
- la pratique d'activités présentant un risque accru d'accidents;
- un comportement sexuel à risque.

L'OMS, elle, conseille d'envisager la vaccination contre l'hépatite B pour chaque voyageur.

- **Les 2 vaccinations (hépatite A + hépatite B) sont recommandées** pour certains voyageurs. Pour eux, il existe un vaccin bivalent (la 2ème dose un mois après la première et la 3ème six mois après la 2ème).





## Fièvre jaune

C'est une maladie grave qui règne dans les zones intertropicales d'Afrique et d'Amérique. Il est impératif d'être vacciné lors d'un séjour dans ces zones.

Un signe + dans le tableau de vaccination (p. 4 à 9) signifie que la vaccination est obligatoire ou impérative (le pays n'exige pas toujours la vaccination mais elle est très fortement conseillée car la fièvre jaune y est présente). Un signe ■ signifie que le certificat de vaccination n'est pas exigé pour les Belges arrivant directement de Belgique. Mais *attention*, s'ils transitent via un pays où la vaccination est obligatoire ou impérative, ce certificat peut être exigé !

La vaccination est très efficace et valable 10 ans. Pour un enregistrement valable et une attestation officielle de vaccination sur le certificat international de vaccination (livret jaune), l'injection doit être réalisée, **au moins 10 jours avant le départ, dans un centre de vaccination agréé** (adresses p. 10, 11 et 12).

**ZONES DE CONTAGION : VOIR TABLEAU P. 4 A 9.**

## Fièvre typhoïde

Le vaccin est surtout conseillé en cas de voyage long ou «aventureux». La protection dure 3 ans.

Il existe deux types de vaccins d'efficacité comparable :

- vaccin administré par la bouche (3 doses à prendre à intervalles de 48 heures);
- vaccin par injection intramusculaire ou sous-cutanée (1 dose).

Attention, la protection vaccinale n'est que partielle.

**L'hygiène de l'eau et de l'alimentation reste donc importante. ZONES DE CONTAGION : VOIR TABLEAU P. 4 À 9.**

## Méningite à méningocoques

Un vaccin est obligatoire pour les pèlerins se rendant à la Mecque et est recommandé pour certaines autres destinations (principalement en Afrique). Ce vaccin protège contre les méningocoques A, C, W135 et Y, pour une durée de 3 ans. Il ne convient pas aux enfants de moins de 2 ans. Ce vaccin pour les voyageurs ne doit pas être confondu avec le vaccin conjugué contre le méningocoque C, recommandé pour les enfants (la vaccination du nourrisson comporte 1 dose à l'âge de 12 mois). **ZONES DE CONTAGION : VOIR TABLEAU P. 4 À 9.**

### Autres vaccinations

D'autres vaccinations sont utiles, dans certains cas exceptionnels à déterminer avec votre médecin.

- Si vous comptez faire du camping, si vous faites des randonnées à pied, à vélo, ou si vous pratiquez la spéléologie en Europe centrale, un vaccin contre l'encéphalite à tiques (disponible en pharmacie sur prescription) pourrait vous être conseillé.
- Si vous circulez dans des zones rurales du sud-est asiatique, un vaccin contre l'encéphalite japonaise (disponible entre autres à l'IMT) pourrait vous être conseillé.
- Un vaccin contre la rage (disponible à l'Institut Pasteur via le médecin traitant) est conseillé dans certaines régions, en cas de séjour prolongé ou d'activités à risque de morsures (vélo, randonnées, etc.)
- Vous êtes né avant 1980 et n'avez jamais reçu le vaccin RRO et n'avez jamais eu la rougeole : 1 dose de vaccin RRO est conseillée pour les voyageurs vers des pays en voie de développement.



## POUR VOYAGER EN SANTÉ...

### Hygiène et alimentation

L'eau de distribution, bien qu'elle soit bue par l'autochtone, n'est pas toujours sans danger pour le voyageur. Risque modéré : Afrique du Sud, îles des Caraïbes et de l'océan Pacifique, Corée du Sud, partie nord du bassin méditerranéen, Israël, Japon. Risque élevé : partie sud du bassin méditerranéen, pays en voie de développement (d'Afrique, d'Amérique latine et d'Asie).

- Consommez de préférence des boissons issues de bouteilles capsulées.
- A défaut, filtrez l'eau trouble (p. ex. avec un filtre à café), puis faites bouillir l'eau quelques minutes ou désinfectez-la avec des gouttes ou des comprimés chlorés (en vente en pharmacie).
- Consommez plutôt des boissons à base d'eau bouillie (thé).
- Evitez les glaçons.
- Brossez-vous les dents à l'eau minérale ou bouillie.

### *Evitez de consommer :*

- les légumes crus et les salades;
- le lait non pasteurisé, les crèmes glacées;
- les poissons, coquillages et crustacés crus ou insuffisamment cuits;
- la viande crue ou insuffisamment cuite;
- les fruits que vous ne pelez pas vous-même.

Ces règles d'hygiène contribuent à la prévention de la diarrhée, du choléra, de la fièvre typhoïde et paratyphoïde, de l'hépatite A, de la poliomyélite et de certaines infections parasitaires.

*Préférez les  
aliments  
cuits et  
chauds.*

## Diarrhées

**Prévention :** voir page 20 toutes les indications concernant l'alimentation et l'eau.

### Traitement :

#### *Symptômes légers à modérés :*

selles liquides fréquentes, crampes intestinales.

- 1) Réhydratation : **buvez beaucoup**, c'est-à-dire de 3 à 5 litres/24 h (solution de réhydratation, thé).

Exemples de solutions de réhydratation :

- eau (minérale ou bouillie ou désinfectée) additionnée d'un des produits vendus en pharmacie;
- mélange à préparer soi-même : 5 c. à c. rases de sucre + 1/2 c. à c. de sel par litre d'eau (minérale ou bouillie ou désinfectée).

- 2) Diète : si possible mangez fréquemment de petites quantités. Conseillés : riz, pâtes, pain grillé, bananes,...

- 3) La prise d'un anti-diarrhéique pourra vous aider si vous vous trouvez dans des conditions gênantes (voyage en bus...).



#### *Symptômes sévères :*

selles liquides très fréquentes, avec du sang ou des glaires; ou diarrhées durant plus de 1 à 2 jours, avec fièvre de + de 38,5°.

- 1) Réhydratation : voir plus haut.
- 2) Un traitement spécifique par antibiotiques est indispensable (à emporter certainement en cas de voyage aventureux).

## Soleil et chaleur

### *Prévention des coups de soleil*

Évitez de vous exposer longtemps au soleil; évitez les heures les plus chaudes (approximativement entre 11 et 15 heures). Utilisez un produit solaire à haut indice de protection (demandez conseil à votre pharmacien). Un tel produit solaire protège partiellement des effets nocifs des ultraviolets mais ne permet pas pour autant une exposition prolongée.



### *Prévention de l'insolation (coup de chaleur)*

Évitez de sortir aux heures les plus chaudes ou restez à l'ombre; portez un chapeau de couleur claire, buvez de l'eau régulièrement; évitez les efforts après les repas.

### **Signes d'alarme**

Après exposition au soleil (même voilé) : forte soif, maux de tête, sensation de faiblesse, évanouissement.

### **Traitement :**

Installez-vous dans un endroit frais; prenez une douche fraîche ou enveloppez-vous de serviettes mouillées d'eau froide; buvez beaucoup, de préférence de l'eau légèrement salée.

**En cas de vomissements, de malaise (sensation de perte de connaissance), appelez un médecin ou faites-vous transporter à l'hôpital.**



## Mer et baignades

Les bains de mer ne sont généralement pas associés à des risques de maladie.

- Renseignez-vous auprès de la population locale sur les risques éventuels de baignade (courants, rouleaux...).

**Assurez-vous que la baignade est autorisée.**

- Portez des sandales pour éviter des morsures ou des piqûres toxiques. Les piqûres de méduse sont généralement sans danger mais provoquent des douleurs et irritations. Rincez-les avec du vinaigre.
- Des bains oculaires, en unidose, permettent de soulager les yeux irrités par le sel, le sable, le chlore ou des poussières.



## Baignades en eaux douces - la schistosomiase

La schistosomiase ou bilharziose est encore appelée «fièvre de l'escargot», car cette maladie est causée par des vers parasites dont les escargots d'eau douce sont les principaux vecteurs.

Les parasites pénètrent par la peau lorsque des personnes se baignent, se lavent ou nagent dans l'eau contaminée. Les vers se développent alors dans les vaisseaux sanguins et produisent de nouveaux œufs en quelques semaines. Après quelques heures d'infection, la peau peut devenir rouge et démanger. Fièvre, tremblements, toussotements et douleurs musculaires apparaissent après 1 ou 2 mois.

Il n'existe pas de vaccin contre la schistosomiase. Cette maladie endémique aux régions tropicales touche en particulier l'Afrique subsaharienne. Elle constitue un des problèmes majeurs de santé publique en Egypte et en Chine centrale. **Si vous voyagez dans ces régions, ne vous baignez pas, ni en eaux douces stagnantes, ni en rivières.**

**ZONES DE CONTAGION : VOIR TABLEAU P. 4 À 9.**

## Altitude et montagne

De nombreuses personnes sont victimes du mal des montagnes au début de leur séjour.

Les symptômes peuvent apparaître au-delà de 2.000 m, mais plus fréquemment au-delà de 3.000 m.

Ils se manifestent souvent peu après l'arrivée : maux de tête, étourdissements, insomnies, nausées, vomissements, faiblesse et fatigue, perte d'appétit, toux sèche.

Limitez les efforts pendant les premiers jours et interrompez l'ascension en présence d'un ou plusieurs des symptômes décrits plus haut. Si, en outre, vous manquez de souffle ou si vous constatez des gonflements du visage, des mains ou des chevilles, redescendez pour éviter un œdème pulmonaire ou cérébral. Buvez suffisamment.

Pour des trekkings au-delà de 3.000 m, votre médecin pourra vous prescrire un traitement utile (diurétique spécifique).

### Mal des voyages

Il regroupe les symptômes (vertiges, nausées, vomissements) liés aux mouvements du moyen de transport : car, auto, bateau ou avion.

### *Comment l'éviter :*

- mangez peu et à intervalles réguliers;
- regardez au loin (fixez l'horizon);
- ne lisez pas en voiture ou en car;
- placez-vous dans le sens de la marche;
- en mer, restez au milieu du bateau ou sur le pont;
- certains médicaments atténuent les malaises, parlez-en à votre médecin.

## Prévention des accidents

Les accidents de la route sont parmi les **premières causes** de décès au cours d'un séjour à l'étranger.

Lors de votre arrivée, surtout si vous subissez un décalage horaire important, attendez d'être reposé pour prendre le volant.

- Vérifiez l'état du véhicule.
- Prenez le temps de préparer votre itinéraire.
- Soyez vigilant, les routes ne sont pas toujours en bon état et les obstacles imprévisibles sont fréquents.
- Veillez à ne pas consommer d'alcool si vous devez conduire.
- Prévoyez toujours des boissons en suffisance pour votre déplacement.



### Jet lag (décalage horaire)

Les décalages horaires peuvent perturber les cycles du sommeil et de l'éveil.

Le temps nécessaire à la récupération varie en fonction du nombre de fuseaux horaires traversés.

**Ajustez votre  
rythme de vie  
au rythme local  
(repas, sommeil)  
dès votre arrivée,  
ceci permet  
une adaptation  
plus rapide.**



## Avion

Glissez les médicaments qui vous sont nécessaires pour le séjour dans votre bagage à main.



Dans l'avion, les variations de pression peuvent avoir des effets désagréables sur les tympans lorsque l'avion descend : déglutir, bâiller ou mâcher un chewing-gum peut vous soulager.

Expirez avec le nez pincé et la bouche fermée: c'est un petit exercice qui peut se révéler efficace.

Un spray décongestionnant nasal peut vous être utile.

L'air conditionné dessèche souvent la muqueuse de l'oeil, des larmes artificielles en unidose peuvent soulager la gêne.

Elles sont particulièrement recommandées aux porteurs de lentilles.



**Lors de voyages de longue durée, pour éviter une phlébite** (inflammation d'une veine et formation d'un caillot de sang), **remuez régulièrement les jambes** (marche, flexions-extensions des pieds). **Évitez les boissons alcoolisées.**

Les personnes ayant des antécédents ou un risque connu de thrombose veineuse doivent parfois prendre des précautions particulières (parlez-en avec votre médecin avant le voyage).



## SITUATIONS PARTICULIÈRES...

### Femmes enceintes

Certaines destinations pourront être déconseillées. Idéalement, toute vaccination devrait être administrée avant la grossesse. Lorsque cela n'a pas été possible, le médecin pourra évaluer les risques au cas par cas avant de prendre une décision.

Une femme enceinte ne peut plus prendre un vol intercontinental après 32 semaines de grossesse. Après 36 semaines, elle ne peut plus voyager en avion. La plupart des compagnies exigent un certificat médical confirmant l'âge de la gestation.

- Buvez beaucoup d'eau pendant le vol.
- Marchez régulièrement dans l'avion pour réduire le risque de phlébite.
- Veillez pendant le séjour à adopter des mesures d'hygiène rigoureuses.
- En cas de problème de santé, consultez rapidement un médecin sur place.

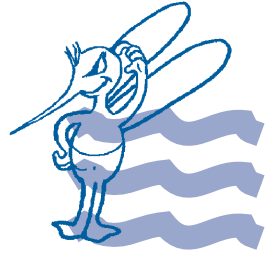
### Bébés et jeunes enfants

Voyager avec un enfant en bonne santé, avec l'accord du médecin, ne pose aucun problème. **Quelques précautions :**

- en avion, lors de l'atterrissage, il est recommandé de donner le biberon au bébé pour éviter les douleurs aux tympans;
- les enfants plus âgés mâcheront du chewing-gum;
- veillez bien aux conditions d'hygiène alimentaire (voir p. 20); **le bébé et le petit enfant sont très sensibles à la diarrhée, qui peut entraîner une déshydratation.**

Pour éviter cette dernière, donnez-leur à boire très régulièrement et, en cas de fièvre, vomissements, diarrhée, utilisez rapidement une solution de réhydratation (voir p. 21);

- **n'exposez jamais un enfant en plein soleil;** protégez sa peau avec des vêtements légers, sa tête avec un chapeau de couleur claire; recherchez les endroits aérés et l'ombre; utilisez une crème solaire écran total;



- veillez à ce que les **vaccins de base** aient bien été administrés (poliomyélite, diphtérie, tétanos, coqueluche, *Haemophilus influenzae* de type b, hépatite B, rougeole, rubéole, oreillons, méningocoque C, pneumocoque);



- faites dormir un enfant de moins de 3 ans sous une moustiquaire imprégnée d'un produit insecticide et appliquez sur les parties découvertes de son corps un produit antimoustique.

## Vie affective, MST, sida

Certaines maladies sexuellement transmissibles (MST) ne sont pas très dangereuses; elles n'en sont pas moins désagréables. D'autres sont plus graves, comme le sida et la syphilis, dans certains cas, l'hépatite B. L'hépatite B est la seule MST contre laquelle il existe un vaccin.

- Pour ne pas transformer un bel amour de vacances en cauchemar, n'oubliez pas **d'emporter des préservatifs...** Et que l'ambiance euphorisante des vacances ne vous empêche pas de les utiliser !... C'est une bonne protection contre le sida et contre toute autre MST.
- Si vous prenez une pilule contraceptive, soyez attentive aux décalages horaires et aux diarrhées.

Personnes âgées et/ou personnes atteintes

d'une affection chronique  
Une personne âgée en bonne condition physique et intellectuelle pourra voyager sans problème particulier.

Les maladies chroniques ne représentent pas une contre-indication absolue au voyage.

Pour être rassuré quant à votre aptitude au voyage envisagé, **consultez votre médecin avant le départ**. Si nécessaire, il adaptera un éventuel traitement pour la durée de votre séjour. Il vous indiquera aussi les règles spécifiques d'hygiène de vie à respecter sur votre lieu de villégiature.

Prenez vos éventuels médicaments en quantité suffisante pour la durée du voyage (et même un peu plus). Si votre traitement nécessite des injections, emportez des seringues et aiguilles mais demandez une attestation médicale à votre médecin afin d'éviter des problèmes aux frontières.

**Le pic saisonnier de la grippe survient en hémisphère sud durant notre été. Pensez à votre vaccination.**



En avion, gardez votre pharmacie de voyage avec vos bagages à main. Vous éviterez ainsi de perdre vos remèdes si vos valises sont égarées.

Les assurances (annulation, rapatriement et assistance) ne vous couvrent pas toujours en cas de problèmes médicaux liés à une maladie chronique; si vous souscrivez à l'assurance complémentaire auprès de votre mutuelle, vous bénéficiez dans certains cas d'une couverture pour vos frais de santé durant vos vacances à l'étranger, même en cas de maladie chronique.

Renseignez-vous avant le départ auprès de votre mutuelle.

## ACTUALITÉS

### Grippe aviaire

C'est une maladie virale mortelle qui atteint les oiseaux (surtout les poules, les canards et les oies). L'homme peut être infecté dans des circonstances particulières (contact avec des oiseaux infectés).

Il est conseillé aux voyageurs à destination des pays touchés par la maladie

- d'éviter tout contact avec la volaille ou des oiseaux sauvages (marchés, parcs zoologiques, etc)
- d'éviter le contact avec des fèces (plumes, litières, etc)
- de consommer des produits de volaille (viande, œufs) uniquement s'ils sont bien cuits
- de respecter les règles élémentaires d'hygiène : lavage des mains réguliers, pendant la préparation et au moment des repas).

Il est inutile que les voyageurs emportent un médicament antiviral (comme le Tamiflu™).

Au retour d'un séjour dans un pays touché par la maladie, les voyageurs qui ont été en contact avec des volailles et qui présentent des signes grippaux (malaise général, fièvre, toux, maux de tête) dans la semaine qui suit le retour, doivent consulter rapidement leur médecin de famille.

Ces informations datent de janvier 2006 et la situation peut évoluer. Pour obtenir des informations actualisées, vous pouvez consulter le site [www.influenza.be](http://www.influenza.be) ou téléphoner au 0800 99 777.

Une information actualisée sur les maladies infectieuses et la survenue d'épidémies locales est disponible sur le site [www.who.int/csr](http://www.who.int/csr) et sur le site de l'Institut de Médecine Tropicale d'Anvers [www.itg.be](http://www.itg.be).

Le site des Affaires étrangères : [www.diplobel.fgov.be](http://www.diplobel.fgov.be) donne, si nécessaire, des recommandations aux voyageurs.



Comores, Maurice, Seychelles

On signale une épidémie de Chikungunya, maladie causée par un virus et transmise par le moustique du genre *Aedes* (ce moustique pique pendant la journée). Cette maladie est comparable à la Dengue.

**Symptômes** : forte fièvre, souvent associée à des douleurs des articulations (chevilles, poignets, doigts).  
Autres signes possibles : gonflements, rougeurs de la peau, légères hémorragies (gencives).

Le plus souvent : évolution de la maladie bénigne et guérison après une semaine; parfois évolution vers une phase plus chronique.  
Exceptionnellement chez de très jeunes enfants : méningo-encéphalite.

**Traitement** : paracétamol ou anti-inflammatoires (pas d'aspirine).

**Prévention :**

- mesures de protection contre les piqûres de moustiques pendant la journée : produit anti-moustique (contenant au moins 20% de DEET) à appliquer sur toutes les parties découvertes du corps – imprégnation des vêtements par un insecticide.
- protection de l'habitation : moustiquaire devant les fenêtres et portes – produits chimiques insecticides/répulsifs – éliminer l'eau stagnante dans et autour de l'habitation.

## Passeport obligatoire pour les animaux de compagnie

Depuis le 1er octobre 2004, un passeport est désormais obligatoire pour les animaux de compagnie voyageant avec leur maître.

Ce document, que doit pouvoir présenter quiconque se rend dans un autre Etat membre avec un chat, un chien ou un furet, prouvera que l'animal a été vacciné contre la rage, seule condition requise pour l'admission d'un animal de compagnie dans chacun des Etats membre, hormis l'Irlande, Malte, la Suède et le Royaume-Uni (où s'appliquent des critères plus rigoureux).

Le passeport peut fournir de surcroît diverses précisions concernant d'autres vaccinations, même non obligatoires, ainsi que des informations sur le passé médical de l'animal ; il permettra aux propriétaires d'animaux de compagnie de voyager sans devoir s'enquérir des règles en vigueur dans le pays de l'Union où il compte se rendre.



## LA PHARMACIE DE VOYAGE

- **Médicaments pris habituellement** (p. e. pour une maladie chronique. Dans ce cas, une attestation médicale concernant votre état de santé - selon le pays visité, en français ou en anglais - est utile). Prévoyez une tablette supplémentaire.
  - **Pilule contraceptive** : emportez-en assez pour la durée du séjour, plus 1 plaquette de réserve.
  - **Préservatifs** : protection contre les maladies sexuellement transmissibles, notamment le sida.
  - **Désinfectant** (en pommade ou en emballages individuels).
  - **Petit matériel** : compresses stériles, sparadrap, bande velpeau, pince à écharde, ciseaux, thermomètre.
  - **Médicament contre la douleur et la fièvre.**
  - **Médicament(s) contre la diarrhée.**
  - **Produits pour bébé ou enfant si nécessaire** (indispensable : solution de réhydratation en vente en pharmacie).
  - **Produit antimoustique** à appliquer sur le corps; éventuellement moustiquaire de lit et insecticide pour moustiquaire.
  - **Produit solaire** à haut indice de protection.
  - **Éventuellement, médicament antihistaminique et pommade contre les démangeaisons et les allergies.**
  - **Éventuellement, médicament contre le mal des transports.**
  - **Éventuellement, produits oculaires** (gouttes décongestionnantes, bains oculaires désinfectants).
  - **Médicaments spécifiques prescrits par votre médecin.**
- Évitez d'emporter des sirops et des suppositoires.*

Pour toute prise de médicament, tenez compte du **décalage horaire** (important pour les médicaments comme l'insuline par exemple).





## Table des matières

**Tableau des vaccins et traitements par pays . . . . .p. 3**  
**Centres de vaccination agréés . . . . .p. 10**

### Traitements préventifs et vaccinations

- Malaria . . . . .p. 13
- Dengue . . . . .p. 14
- Poliomyélite, tétanos et diphtérie . . . . .p. 15
- Hépatite A, hépatite B . . . . .p. 16
- Fièvre jaune, fièvre typhoïde . . . . .p. 18
- Méningite, autres vaccinations . . . . .p. 19

### Pour voyager en santé...

- Hygiène et alimentation . . . . .p. 20
- Diarrhées . . . . .p. 21
- Soleil et chaleur . . . . .p. 22
- Mer et baignades . . . . .p. 23
- Baignades en eaux douces - la schistosomiase . . . . .p. 23
- Altitude et montagne . . . . .p. 24
- Mal des voyages . . . . .p. 24
- Prévention des accidents . . . . .p. 25
- Jet Lag . . . . .p. 25
- Avion . . . . .p. 26

### Situations particulières...

- Femmes enceintes . . . . .p. 27
- Bébés et jeunes enfants . . . . .p. 27
- Vie affective, MST, sida . . . . .p. 28
- Personnes âgées et/ou personnes atteintes d'une affection chronique . . . . .p. 29

### Actualités

- Grippe aviaire . . . . .p. 30
- Chikungunya . . . . .p. 31

Passport obligatoire pour les animaux de compagnie .p. 32

**La pharmacie de voyage . . . . .p. 33**

## A CHAQUE ENFANT SON PASSEPORT

Tout enfant belge qui voyage, seul ou accompagné, doit être porteur d'un passeport individuel. Pour autant, bien sûr, qu'il se rende dans un pays où celui-ci est indispensable.

Depuis le 1er septembre 2004, tous les passeports (adultes et mineurs) sont délivrés avec une validité de 5 ans. L'autorisation des parents est indispensable pour l'obtention d'un passeport pour les jeunes de moins de 18 ans.

Petit conseil : même muni d'un passeport, il est particulièrement recommandé de donner aux mineurs qui voyagent, seuls ou accompagnés d'un seul de leurs parents, une attestation d'autorisation de sortie du territoire signée par le ou les deux parents non-accompagnants. Les signatures de ce document doivent être légalisées par les autorités communales.

Pour plus d'informations sur les voyages et la santé

[www.itg.be](http://www.itg.be)

[www.who.int/ith](http://www.who.int/ith)

Nous remercions de leur contribution la «Travel Clinic» de l'Institut de Médecine Tropicale d'Anvers et la Société Scientifique de Médecine Générale.

Le Passeport Question Santé © est une réalisation de l'association sans but lucratif Question Santé. L'asbl Question Santé est soutenue par la Communauté française.

© Question Santé asbl

Éditeur responsable : Patrick Trefois

Rue du Viaduc 72, 1050 Bruxelles.

D/2006/3543/2

Les informations de la dernière page de couverture n'engagent que l'annonceur.