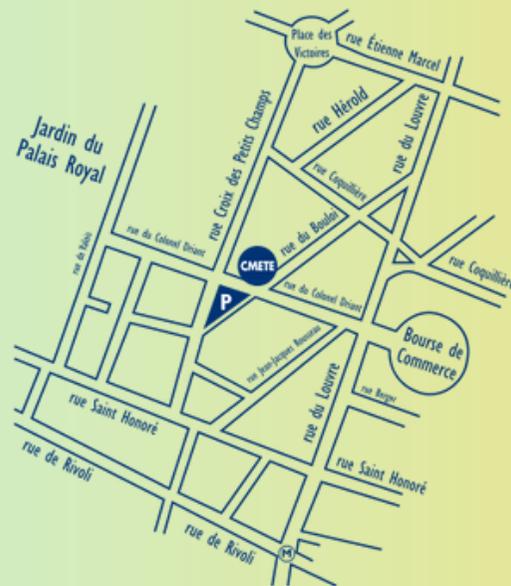


CONSEILS AUX VOYAGEURS



CMETE
Médecine des voyages



Centre de Vaccinations Internationales
agréé Fièvre Jaune
10 rue du colonel Driant
75 001 Paris
Tel : 01 53 45 86 85
e-mail : vaccination@cmete.com

www.cmete.com

Lundi-vendredi 9h-16h40
Avec et sans RDV

Métro: Palais Royal, Louvre Rivoli
RER: Chatelêt-les Halles



Bon Voyage!

siret N° 302 978 747 00012



PENSE BÊTE

- Vaccinations
- Situations médicales particulières
- Trousse à pharmacie
- Assurance voyage
- Moustiques
- Eau et nourriture
- Animaux
- Soleil
- Relations sexuelles
- Problèmes de santé au retour

Avant votre départ !



Vaccinations

- Vérification du calendrier vaccinal: Avant toute vaccination de voyage, vérifiez si vous êtes à jour de vos vaccins français
- Selon votre destination et vos conditions de séjour, il peut être nécessaire de vous vacciner contre l'hépatite A, la rage, la fièvre typhoïde, la méningite ACWY...
- La fièvre jaune (qu'elle soit obligatoire ou non) est une vaccination uniquement réalisée dans des Centres de Vaccinations Internationales où il vous sera délivré un certificat international de vaccination



Situations médicales particulières

Certaines situations médicales particulières (grossesse, jeune âge, infection par le virus du VIH, transplantations d'organes, personne immunodéprimée) peuvent contre indiquer la vaccination ou la prise de certains médicaments.

Parlez-nous en!



Trousse à pharmacie

Lors de votre consultation au CMETE, nous vous délivrerons une ordonnance pour constituer votre trousse à pharmacie, celle ci sera composée de:

- Médicaments contre le paludisme (si besoin), la douleur, la fièvre, la diarrhée, les allergies
- Compresses et désinfectants
- Préservatifs
- Bas de contention

N'oubliez pas de prévoir une quantité suffisante de vos traitements habituels ainsi que votre ordonnance

Pendant votre séjour!



Moustiques, tiques, punaises

- Les risques: Paludisme, dengue, chikungunya, zika...
- Les solutions:
 1. Répulsifs: appliquer sur la peau et/ou les vêtements (adaptés selon l'âge)
 2. Moustiquaires de lit et/ou aux fenêtres
 3. Prévention médicamenteuse du paludisme
 4. Vêtements amples et couvrants



Eau et Nourriture

- Les risques: De nombreux agents pathogènes sont présents dans l'eau pouvant être responsable de diarrhées du voyageur ou de maladies plus graves.
- Les solutions:
 1. Eau en bouteille scellée, eau traitée avec des pastilles de purification, eau bouillie, gourde filtrante
 2. Pas de glaçons et glaces artisanales
 3. Aliments bien cuits et encore chauds, peler les fruits. Protéger les aliments des insectes.
 4. Se baigner à la piscine ou mer plutôt qu'en eau douce .



Animaux

- Les risques: morsure, griffure, léchage sur peau lésée ou muqueuse (=rage)
- Les solutions: éviter d'approcher et de caresser les animaux.



Soleil

- Les risques: risque de brûlures, insolation
- Les solutions: Crème solaire, lunettes de soleil et chapeau. Appliquer les répulsifs au moins 20 minutes après l'écran solaire



Relations sexuelles

- Les risques: VIH et autres maladies sexuellement transmissibles.
- Les solutions: Préservatifs, PrEP



Autres risques

- Accident de la voie publique (1ère cause de rapatriement sanitaire)
- En cas d'agression sexuelle, consultez en urgence et se rapprocher de l'ambassade française.
- Drogues (risque juridique, infectieux, agressions)
- Tatouage, piercing (risque infectieux)

Après votre séjour!



Symptômes

Dans les 3 mois qui suivent votre retour, si vous présentez une fièvre supérieure ou égale à 38° associée ou non à une diarrhée, consultez en urgence en signalant votre voyage en zone tropicale.