

Conseils relatifs aux voyages en pays tropicaux*

On distingue grosso modo trois types de voyage : le voyage d'affaires ou de famille, le voyage touristique organisé, et le voyage aventureux. A chacun de ces types de voyage correspond une série de prescriptions qui sont discutées ci-dessous.

I. Vaccinations et prophylaxie requises ou recommandées :

1. Afrique Tropicale

Voyage d'affaires ou de famille : fièvre jaune, choléra, paludisme (1).

Voyage touristique : fièvre jaune, choléra, fièvre typhoïde, tétanos, paludisme.

Voyage aventureux : fièvre jaune, choléra, fièvre typhoïde, tétanos, hépatite A, paludisme.

2. Amérique Latine

Voyage d'affaires ou de famille : fièvre jaune, paludisme.

Voyage touristique : fièvre jaune, fièvre typhoïde, tétanos, paludisme.

Voyage aventureux : fièvre jaune, fièvre typhoïde, tétanos, hépatite A, paludisme.

3. Moyen- et Extrême-Orient

Voyage d'affaires ou de famille : choléra (à discuter), paludisme.

Voyage touristique : choléra (à discuter), fièvre typhoïde, tétanos, paludisme.

Voyage aventureux : choléra (à discuter), fièvre typhoïde, tétanos, hépatite A, paludisme.

Pour la prévention des maladies de pays non-mentionnés ci-dessus, il vous est loisible d'en discuter avec le médecin vaccinateur.

La vaccination contre la **fièvre jaune** consiste en une injection unique, qui ne peut être délivrée que dans un centre reconnu. L'injection ne donne pas lieu à des effets secondaires et est valable 10 ans. Les enfants peuvent être vaccinés à partir de l'âge d'un an; les femmes enceintes ne sont pas vaccinées sauf exception.

La vaccination contre la **fièvre typhoïde** est actuellement administrée par voie orale sous forme de capsules. Une capsule est prise au jour 1, 3 et 5. Les capsules ne peuvent pas être prises conjointement avec des antibiotiques ou des médicaments anti-

Raadgevingen in verband met verplaatsingen naar tropische streken*

De manier van reizen valt grosso modo uiteen in drie types : zakenreis en familiebezoek, georganiseerde toeristische reizen via hotels, en avontuurlijke reizen. Voor elk van deze drie types gelden een aantal voorschriften, die verder uitgelegd staan in deze brochure.

I. Vereiste of aanbevolen vaccinaties en profylaxis

1. Tropisch Afrika

Zakenreis of familiebezoek : gele koorts, cholera, malaria.

Toeristische reis : gele koorts, cholera, tyfus, tetanos, malaria.

Avontuurlijke reis : gele koorts, cholera, tyfus, tetanos, hepatitis A, malaria.

2. Zuid en Centraal Amerika

Zakenreis of familiebezoek : gele koorts, malaria.

Toeristische reis : gele koorts, tyfus, tetanos, malaria.

Avontuurlijke reis : gele koorts, tyfus, tetanos, hepatitis A, malaria.

3. Midden en Verre Oosten

Zakenreis en familiebezoek : cholera (te bespreken), malaria.

Toeristische reis : cholera (te bespreken), tyfus, tetanos, malaria.

Avontuurlijke reis : cholera (te bespreken), tyfus, tetanos, hepatitis A, malaria.

Voorzorgen voor landen, niet begrepen in de vorige paragraaf, kunt U met onze geneesheren bespreken.

De vaccinatie voor **gele koorts** bestaat uit een enkele inspuiting, die enkel wordt toegediend in gehomologeerde centra. De inspuiting geeft geen ongemakken achteraf, en is geldig voor 10 jaar. Kinderen worden gevaccineerd vanaf de leeftijd van 1 jaar, zwangeren worden niet gevaccineerd (behalve uitzonderingen).

De vaccinatie tegen **tyfus** wordt voor het ogenblik gegeven onder de vorm van capsules. Drie capsules worden toegediend, met 1 dag interval (een capsule op dag 1, dag 3 en dag 5). De capsules

Source : *Institut de Médecine Tropicale, Prins Léopold, Nationalestraat 155, B-2000 Antwerpen, Belgique

(1) Synonyme malaria

Bron : Instituut voor Tropische Geneeskunde, Prins Leopold, Nationalestraat 155, B-2000 Antwerpen, België

paludiques, de sorte que cette vaccination doit être réalisée avant la prise de médicaments antipaludiques.

Une diarrhée peut occasionnellement survenir à la suite de la prise de ce vaccin. La protection ne s'exerce que vis à vis de la fièvre typhoïde et **non** pas vis à vis de la fièvre paratyphoïde; elle est valable 3 ans. Le vaccin est disponible dans les pharmacies et il vous sera prescrit par le médecin vaccinateur. Il est conseillé d'inscrire cette vaccination dans le livret jaune à la dernière page (autres vaccinations).

La vaccination contre le **tétanos** consiste en deux injections à un mois d'intervalle, suivi d'un rappel un an plus tard. La plupart des jeunes gens ont été vaccinés au cours de leur enfance. Une injection de rappel tous les 5 ans est conseillée.

La vaccination contre le **choléra** n'est que peu effective mais elle est néanmoins exigée officiellement ou officieusement par beaucoup de pays.

Si vous désirez éviter des problèmes aux aéroports, cette vaccination est conseillée. Elle comporte une injection unique et assure en principe une protection pendant 6 mois. Une légère fièvre et un gonflement à l'endroit de l'injection sont possibles.

Une injection de gamma-globulines contre l'**hépatite A** (c.à.d. la jaunisse infectieuse) est utile si vous désirez vous protéger contre cette maladie qui est de survenue fréquente en pays tropicaux. Cette injection n'est pas nécessaire si vous avez déjà contracté cette maladie antérieurement.

Prophylaxie anti-paludique:

Elle dépend du pays visité. La prophylaxie comporte la prise d'un ou des deux médicaments ci-dessous. Ils sont tous deux sans danger chez la femme enceinte.

- Paludrine compr. 100 mg, 2 compr./jour
- Nivaquine compr. 100 mg, 3 compr. **en une prise** hebdomadaire le dimanche (compr. à prendre le matin après le petit déjeuner).

Ce schéma doit être débuté à partir du dimanche précédant le départ et poursuivi jusqu'à quatre semaines après le retour.

II. Autres recommandations:

1. **La prévention contre le SIDA:** constitue actuellement un point important de la prophylaxie pour les voyageurs se rendant en Afrique Centrale. Lors de rapports sexuels, il est vivement recommandé de faire usage de préservatifs (et pour les femmes également de crème spermicide).

Il est également prudent d'emporter avec soi quelques seringues et aiguilles achetées avant le départ au cas où une injection serait nécessaire pour traiter une maladie survenue sur place.

mogen niet tezamen worden ingenomen met antibiotica of middelen tegen malaria, daarom moet U ze innemen voor U start met de malariatabletten.

Diarrée is beschreven als nevenwerking, de bescherming betreft enkel tyfus en **niet** paratyfus, en is geldig voor 3 jaar. Het vaccin is voorhandig in elke apotheek, de vaccinatiegeneesheer zal het U voorschrijven. Het is geraadzaam de vaccinatie in te schrijven in een geel boekje, laatste bladzijde ("Andere inenting").

Tetanovaccinatie bestaat uit twee injecties, met een maand interval, gevolgd van een herhaling na een jaar. De meeste jonge mensen zijn gevaccineerd tijdens hun jeugd. Een herhalingsinspuiting om de 5 jaar is aangewezen.

Een vaccinatie voor **cholera** is weinig afdoende, doch wordt door heel wat landen officieel of officieus vereist.

Indien U geen problemen wenst op luchthavens, is de vaccinatie o.i. aangewezen. Zij bestaat uit een enkele injectie, die in principe gedurende 6 maanden bescherming geeft. Lichte koorts, en wat zwelling op de injectieplaats zijn mogelijk.

Een injectie gamma globulines voor **hepatitis A**, "geelzucht" is interessant zo U volledige bescherming wenst, en zo U nog nooit hepatitis A ontwikkelde. Ze wordt toegediend kort voor het vertrek.

Malaria profylaxis:

Afhankelijk van het land van bestemming zullen één van de volgende produkten, of beide door de geneesheer worden voorgeschreven. Beide zijn onschadelijk bij zwangerschap.

- Paludrine compr. 100 mg, twee tabletten per dag.
- Nivaquine compr. 100 mg, 3 compr. wekelijks, **ineens** in te nemen op zondag (comprimés 's morgens in te nemen na het ontbijt).

Dit schema wordt begonnen vanaf de zondag voor het vertrek en verder gevolgd tot vier weken na thuiskomst.

II. Andere voorzorgen en aanbevelingen

1. Preventie tegen **AIDS** is voor het ogenblik een belangrijk programmapunt bij reizigers naar Centraal Afrika. Voor eventuele seksuele contacten met ongeacht wie, dienen condoemen (en voor vrouwen eveneens spermicide-crème) te worden voorzien.

Het is eveneens verstandig zich enkele spuiten en naalden bij de apotheker aan te schaffen, voor het geval U ziek wordt en één of andere injectie noodzakelijk is.

2. De nombreux voyageurs développent malgré une hygiène stricte la diarrhée du voyageur.

Il s'agit le plus souvent d'une diarrhée banale répondant bien à la prise d'Imodium, produit non-spécifique actif contre la diarrhée. Au cas où la diarrhée persiste ou est associée à de la température ou du sang dans les selles, et si de plus aucune aide médicale ne peut être obtenue, un traitement au Cotrimoxazole (Eusaprim Forte, Bactrim Forte), 1 compr. matin et soir pendant 5 jours est conseillé. Il s'agit d'un produit anti-bactérien qui ne peut être utilisé qu'en cas de nécessité. Il est interdit chez les sujets présentant une hypersensibilité aux sulfamides. Le médicament peut être obtenu chez le pharmacien avec prescription du médecin.

2. Vele reizigers ontwikkelen ondanks goede hygiëne (drinkwater, groenten, enz.) toch nog **diarree**.

Meestal is deze goedaardig en beantwoordt snel aan Imodium, een eenvoudig middel tegen diarree. Indien de diarree aanhoudt en/of gepaard gaat met koorts of bloed bij de stoelgang, en indien adequate hulp niet kan worden ingeroepen is een behandeling met Cotrimoxazole (Eusaprim Forte of Bactrim forte), 1 tabl. 's morgens en 1 tabl. 's avonds gedurende 5 dagen aangewezen. Het gaat hier om een antibioticum, wat enkel in geval van nood moet worden ingenomen. Het is tegenaangewezen bij personen die een overgevoeligheid voor sulfamiden vertonen. De dokter zal U een voorschrift meegeven. Genoemde geneesmiddelen zijn verkrijgbaar bij uw apotheker.

Do not hesitate to contact us for any technical, domestic, social,... problem for which you may not have solutions. We shall try to find the right man to answer.

N'hésitez pas à nous interroger sur n'importe quel problème technique, domestique, social,... dont vous n'avez pas la solution. Nous essayerons de contacter la personne qualifiée qui pourra vous répondre au mieux.

Aarzelt niet ons om uitleg te vragen over om het even welk technisch, huishoudelijk of sociaal probleem waarvoor U geen pasklare oplossing vindt. Wij trachten dan wel in kontakt te treden met hen die U het best van antwoord kunnen dienen.

No vacile en contactarnos cualquiera que sea el problema que se le presente (Técnico, doméstico o social). Nosotros trataremos de facilitarle los contactos necesarios con el fin de encontrar la mejor solución.