



Service de médecine interne

# CONSULTATION DES VOYAGEURS : MALADIES INFECTIEUSES ET TROPICALES



Cliniques universitaires  
**SAINT-LUC**  
UCL BRUXELLES

BROCHURE  
À L'ATTENTION DES PATIENTS  
ET DE LEUR FAMILLE

## Malaria - paludisme

La malaria est une maladie infectieuse causée par un parasite appelé plasmodium. Il existe 5 espèces de Plasmodium dont le Plasmodium falciparum est le plus dangereux et le plus répandu. Le Plasmodium est transmis à la suite d'une piqûre d'un moustique femelle appelé anophèle dans les zones tropicales et dans un grand nombre de régions subtropicales.

La transmission a principalement lieu dès le coucher du soleil et jusqu'à l'aube.

### A. Mesures de protection contre les piqûres de moustiques

C'est la première mesure indispensable car la prévention médicamenteuse contre la malaria ne protège pas à 100%.

- Portez des vêtements clairs et longs, couvrant les jambes et les bras ;
- Appliquez, sur les parties du corps découvertes, un produit répulsif à base de DEET (20 à 50 %) ex : Moustimug®, Z-stop®, Anti-M®, Care Plus Deet®...
- Pour les enfants (de plus de 6 mois) et les femmes enceintes : DEET 20 à 30 % :
  - Evitez d'appliquer des couches épaisses, évitez le contact avec la bouche, les yeux et les mains des enfants (-> contact avec la bouche).
  - Evitez l'usage prolongé ! Rincez le produit lorsqu'il n'est plus nécessaire. Lavez l'enfant avant la mise sous moustiquaire pour enlever les restes du répulsif.
  - Entre 6 et 12 mois, limiter l'application à maximum une par jour.
- Si une protection diurne est nécessaire, appliquez la protection solaire (une protection 50 est recommandée) avant le répulsif. Attention, il diminue l'efficacité de la crème solaire.
- Deet 20-30% assure une protection de 4 à 6 heures, à renouveler si une protection pendant la journée est nécessaire. Deet 50% couvre 8 à 10 h.
- Répulsifs sans DEET : Care Plus® Repel-it, Parazeet®, Moustidose®, Cinq sur Cinq®... Ce sont des produits sans risque (moins de données disponibles sur leur efficacité).
- Si nécessaire, utilisez des moustiquaires autour du lit, du maxi-cosi, du parc, de la poussette de préférence imprégnées d'un produit anti-moustique (perméthrine, deltaméthrine).

## Remarques :

D'autres maladies peuvent être transmises par les moustiques :

- Le virus de l'encéphalite japonaise est transmis par le moustique Culex qui pique également le soir et la nuit.
- Par contre, les virus de la dengue, du Chikungunya, du Zika et de la Fièvre Jaune sont transmis par un moustique du genre Aedes qui pique pendant la journée. Dans les régions où sévissent ces maladies, la protection anti-moustique doit se faire aussi pendant la journée.

## B. Prophylaxie médicamenteuse pour la malaria

Le risque de malaria dépend non seulement du pays, mais aussi des régions visitées, de la saison, de la durée du séjour et du type de voyage.

### Pour les adultes :

#### **MALARONE® (Atovaquone 250 mg/Proguanil 100 mg) :**

1 comprimé par jour avec un repas gras à débiter un jour avant d'entrer dans la zone à risque jusqu'à 5 jours après avoir quitté cette zone.

Prix : 25€ environ pour une boîte de 12 comprimés ; 41€ pour une boîte de 24 comprimés.

#### **DOXYCYCLINE :**

1 comprimé de 100 mg ou 1/2 comprimé de 200 mg par jour pendant le repas ou avec beaucoup de liquide à débiter un jour avant d'entrer dans la zone à risque jusqu'à 4 semaines après avoir quitté cette zone.

**Attention : risque de réaction au soleil.**

**Contre-indiqué** chez l'enfant de moins de 8 ans.

Prix : 1,54 € pour une boîte de 10 comprimés de 100 mg / 2,76€ pour une boîte de 10 comprimés de 200 mg.

#### **LARIAM® (MÉFLOQUINE) - SOUS LA SUPERVISION D'UN MÉDECIN :**

1 comprimé par semaine à débiter 2 à 3 semaines avant le départ jusqu'à 4 semaines après avoir quitté la zone à risque.

- Schéma accéléré pour le nouvel utilisateur : 1 comprimé par jour pendant 2 jours, 10 jours avant le départ (J-10 et J-9) et le 3<sup>e</sup> au J-7 ;
- schéma accéléré pour l'utilisateur chevronné : 1 comprimé par jour pendant 2 jours juste avant le départ (J-2 et J-1) et le 3<sup>e</sup> au J7 ;

Effets secondaires possibles : troubles neuro-psychologiques, troubles du rythme cardiaque.

Ce médicament peut être prescrit chez les personnes qui l'ont déjà pris et bien supporté.

Prix : 34,74 € pour une boîte de 8 comprimés.

**Pour les enfants :**

Les comprimés pour les adultes peuvent facilement être coupés en 2 ou 4 à l'aide d'un petit appareil, par ex. Pilomat® (Wolfs). Vous pouvez demander à la pharmacie de les prédécouper pour vous ou de reconstituer des gélules contenant la quantité exacte du médicament.

**MALARONE® (ATOVAQUONE/PROGUANIL) :**

À débiter un jour avant d'entrer dans la zone à risque jusqu'à 5 jours après avoir quitté cette zone. À prendre **avec un repas gras**.

Pour les enfants à partir de 5 kg, la posologie sera adaptée comme suit :

Poids	Comprimé adulte	Comprimé junior
5 – 8 kg	-	1/2 comprimé
> 8 – 10 kg	-	3/4 comprimé
11 – 20 kg	1/4 comprimé	1 comprimé
21 – 30 kg	1/2 comprimé	2 comprimés
31 – 40 kg	3/4 comprimé	3 comprimés
> 40 kg	1 comprimé (dose adulte)	-

**LARIAM® (MEFLOQUINE)**

À débiter 2 à 3 semaines avant le départ jusqu'à 4 semaines après avoir quitté la zone à risque.

La posologie hebdomadaire du Lariam® (4-5 mg/kg/semaine) sera adaptée chez l'enfant de plus de 5kg.

Poids	Dose hebdomadaire en comprimés à 250 mg
< 5 kg	-
5 – 10 kg	1/8 comprimé
10 – 20 kg	1/4 comprimé
20 – 30 kg	1/2 comprimé
30 – 45 kg	3/4 comprimé
> 45 kg	1 comprimé

## C. Traitement d'urgence de la malaria

En fonction de la destination et de la durée de votre séjour, le médecin vous prescrira un traitement d'urgence. Il doit être utilisé exclusivement en voyage si température de plus de 38° après 7 jours sur place et s'il n'est pas possible d'avoir une aide médicale dans les 24 heures.

### **Pour les adultes :**

**MALARONE® (ATOVAQUONE 250 MG/PROGUANIL 100 MG) :**

4 comprimés par jour en 1 fois pendant 3 jours (pendant le repas).

**RIAMET® - COARTEM® (ARTEMETHER 20 MG / LUMEFANTRINE 120 MG) :**

4 comprimés à 0h – 8h puis toutes les 12 heures pendant 2 jours (pendant le repas) soit 6 prises (0 – 8 – 24 – 36 – 48 – 60h).

**EURARTESIM® (PIPÉRAQUINE 320MG/ARTÉNIMOL 40MG) :**

3-4 comprimés par jour en 1 fois pendant 3 jours en fonction du poids.

**Avertir le médecin si prophylaxie Lariam® ou Malarone® !**

### **Pour les enfants :**

*Il est fortement recommandé de prendre un avis médical avant de traiter votre enfant.*

La MALARONE® constitue le premier choix et peut être utilisée à partir d'un poids de 5 kg, si l'état clinique de l'enfant le permet et à condition de ne pas avoir pris ce médicament en prophylaxie.

5 – 9 kg	2 comprimés junior / jour pendant 3 jours
9 – 11 kg	3 comprimés junior / jour pendant 3 jours
11 – 20 kg	1 comprimé adulte / jour pendant 3 jours
21 – 30 kg	2 comprimés adulte / jour pendant 3 jours
31 – 40 kg	3 comprimés adulte / jour pendant 3 jours
> 40 kg	4 comprimés adulte / jour pendant 3 jours

***Toute fièvre au retour d'un voyage dans les tropiques  
même plusieurs mois après le retour  
est un motif de consultation d'urgence !  
Mentionnez votre voyage dans les tropiques à la consultation.***

## La diarrhée : prévention et traitement

De nombreuses affections rencontrées durant le voyage sont dues à des infections transmises par l'absorption d'aliments contaminés et par les « mains sales » (transmission féco-orale). Il suffira d'être vigilant et attentif pour prévenir la plupart d'entre elles. A l'exception des dysenteries, la diarrhée du voyageur guérit pratiquement toujours spontanément après quelques jours, mais reste néanmoins gênante et comporte un risque de déshydratation.

### A. Prévention

**N'oubliez pas de vous laver les mains** avec du savon ou du gel hydro-alcoolique avant de cuisiner, de manger et après avoir utilisé les toilettes.

- Éviter l'eau du robinet, les glaçons, les crèmes glacées, les aliments crus (poissons, crustacés, légumes crus, les produits lactés non pasteurisés, viandes mal cuites...).
- Se brosser les dents avec l'eau du robinet peut comporter un certain risque, bien que généralement minime.
- Préférer les aliments fraîchement cuits, bien cuits et servis chauds.
- Pour les fruits : se limiter à ceux pouvant être lavés et épluchés par vous-même après vous êtes lavé les mains (banane, mangue, orange...).
- Pour l'eau : préférer l'eau en bouteille ou les boissons rafraîchissantes que l'on décapsule en votre présence.
- Pour les voyages aventureux, il est indispensable de désinfecter l'eau :
  - l'ébullition est très efficace : il suffit de faire bouillir brièvement l'eau. L'eau trouble doit être filtrée avant ébullition.
  - la désinfection chimique : des gouttes de chlore (ex : Hadex®, Drinkwell-chloor®...) ou des comprimés de chlore (ex : Micropur Forte®...)  
Le Micropur Classic® ne désinfecte pas l'eau mais est utile pour garder l'eau désinfectée stérile.
  - La filtration : pour les voyageurs aventureux, il est conseillé un filtre portable (ex : Platypus GravityWorks®, MSR Trailshot®...).

## B. Traitement

### HYDRATATION :

- Boire plus que d'habitude (pour compenser le liquide et le sel perdus lors des diarrhées). N'importe quel liquide convient : thé + citron, bouillon, éventuellement des boissons rafraîchissantes (soda) accompagnées de biscuits salés (n'hésitez pas à ajouter du sel et du sucre dans vos aliments).
- Pour les enfants : utilisez les sels de réhydratation orale (S.R.O.) (sachet de S.R.O. à diluer exclusivement dans de l'eau). Votre enfant doit boire 10 ml/kg de cette préparation après chaque selle diarrhéique.
- Pour les adultes (y compris les personnes fragilisées) :
  - Utilisez les sels de réhydratation orale (sachet de S.R.O., à diluer dans de l'eau)
  - Si vous n'avez pas de sachet de S.R.O., voici une alternative : 5 cuillères à café rases de sucre et une cuillère à café de sel pour un litre de liquide (eau, thé).

### 2. EN CAS DE DIARRHÉE MODÉRÉE

Diarrhée gênante, sans glaire, sans sang et en l'absence de fièvre.

- **Loperamide / Imodium®** :
  - une capsule après chaque selle liquide avec un maximum de 4 capsules par jour.
  - contre-indiqué chez les femmes enceintes et les enfants en dessous de 6 ans ; déconseillé chez les femmes allaitantes.
- **Tiorfix®** (16.5€)
  - Tiorfix Baby 10 mg :  
de 3 mois à 9kg : 1 sachet 3x/jour  
de 9 à 13 kg : 2 sachets 3x/jour
  - Tiorfix Junior 30 mg :  
13-27kg : 1 sachet 3x/jour  
>27kg, 2 sachets 3x/jour
  - Tiorfix gél. 100 mg :  
adulte : 1 gel 3x/jour

### 3. EN CAS DE DIARRHÉE SÉVÈRE :

En fonction de votre destination et de la durée de votre séjour, le médecin vous prescrira un antibiotique :

- si diarrhée avec fièvre **ou**
- si présence de sang, glaire, ou pus dans les selles
- si crampes abdominales

Antibiotique : Azithromycine / Zitromax® 500 mg ou sirop 200 mg/5 ml

- chez la femme enceinte et l'adulte : 2 comprimés en une seule prise ou 1 comprimé /jour pendant 3 jours
- chez l'enfant : 10 mg/kg /jour en une prise pendant 3 jours

**Consultez la notice pour les contre-indications et les précautions, notamment le risque d'interaction médicamenteuse. L'emploi de ces traitements de votre propre initiative peut être à l'origine d'erreurs graves. Quand c'est possible, demander un avis médical au préalable.**



# Le mal d'altitude

---

Risque de 20% à partir de 2000-2500 m.  
Risque de 40 à 50% à partir de 3000-3500 m.

## A. Symptômes (peuvent être très variables) :

---

- début jusqu'à 72 h après l'arrivée, durée : 2-5 jours
- céphalée, fatigue et difficulté respiratoire à l'effort
- anorexie, nausées
- insomnie, vertiges, malaise général
- parfois œdème des mains, des pieds et de la face
- aggravation si vomissement, toux sèche et difficulté respiratoire croissante

## B. Prévention :

---

- **BOIRE BEAUCOUP : AU MOINS 3 LITRES.**
- Eviter les somnifères et l'abus d'alcool.
- Séjourner quelques jours à  $\pm$  2000 m avant de monter plus haut si possible.
- Au-dessus de 3000 m, monter par palier de 300-500 m par jour en fonction des symptômes.
- Au-dessus de 4500 m, monter par palier de 150 m par jour.
- Si antécédent de mal d'altitude ou si montée à plus de 3000 m en une journée, prévention par Diamox : 2 x 1/2 comprimé /jour, début 24 h avant la montée et à prolonger jusque 2 jours après avoir atteint l'altitude finale.
- **NE PAS MONTER si présence de symptômes.**

## C. Traitement

---

- Céphalée : Paracétamol 1 gr (maximum 3g /j), ou Ibuprofène 600 mg (pas à jeun).
- Nausée : Primpéran® ou Motilium® si pas de contre-indication.
- Diamox® 250 mg : 2 x 1 comprimé/j pendant 2-3 jours.

Diamox® :

- Effets secondaires : fourmillements dans les membres, nausées, altération du goût.
- Contre-indications : allergie aux sulfamidés, grossesse.

Si les symptômes persistent, il faut obligatoirement redescendre d'au moins 500 m.

## CHEZ LES ENFANTS

Les symptômes sont parfois plus difficile à identifier : maux de tête, nausées, vomissements, troubles du sommeil, irritabilité, agitation, diminution de l'appétit.

- Il est conseillé de descendre si l'enfant se sent mal.
- Il est déconseillé de passer la nuit au-dessus de 2000 m si l'enfant a moins de 2 ans et au-dessus de 3000 m si l'enfant a moins de 10 ans.
- Peu de données sont disponibles concernant la prise du Diamox® chez l'enfant.

## La rage

La rage est une maladie mortelle ! La transmission se fait par la salive d'animaux (chien, chat, singe, chauve-souris, rats, etc.), le plus souvent par **morsure**.

Il est donc conseillé de NE PAS caresser/toucher d'animal vivant ou mort.

### EN CAS DE MORSURE ET/OU DE GRIFFURE :

**La vaccination préventive ne vous protège pas à 100% et nécessite une prise en charge après morsure.**

- Nettoyer la plaie avec de l'eau **et** du savon pendant au moins 15 minutes.
- Rincer abondamment.
- Désinfecter la plaie avec de l'Isobétadine®
- Contacter un service médical le plus rapidement possible (dans les 24 heures) afin de :
  - Réaliser un rappel du vaccin contre le tétanos si nécessaire.
  - Considérer la prise d'antibiotiques.
  - Considérer la prise d'Aciclovir en cas de morsure de singe.
- **La vaccination post-exposition** (après morsure ou griffure) doit être administrée **dans les 24h !**
  - *Si vous avez été vacciné* : 2 doses de vaccins sont parfois nécessaires après évaluation du risque
  - *Si vous n'avez pas été vacciné et en fonction du risque* : des immunoglobulines (pas toujours disponibles et coûteuses) ainsi que 4 à 5 doses de vaccins doivent être administrées.

## Pharmacie de voyage

### POUR TOUS :

- Thermomètre (digital) .....
- Crème solaire .....
- Sparadrap, bandages, compresses .....
- Désinfectant (savon ou gel) : .....
- Répulsif : .....
- Pommade anti-allergique : .....
- Antidouleur : .....
- Anti-diarrhéique : .....
- Anti-émétique (vomissement) : .....
- Autres médicaments personnels .....

### EVENTUELLEMENT :

- Antimalarique (préventif) : .....
- Sels de réhydratation orale .....
- Antibiotiques contre la diarrhée : .....
- Antihistaminique (allergie): .....
- Crème anti-inflammatoire : .....
- Contraceptifs oraux, préservatifs : .....
- Pince à tiques .....
- Médicament contre le mal d'altitude (Acétazolamide/Diamox®) : .....
- Autres : .....

VACCIN	VACCINATION	VALIDITÉ
Stamaril®	Fièvre jaune	À vie après 1 rappel *
Tedivax®	Tétanos - diphtérie	10 ans
Boostrix®	Tétanos - diphtérie - coqueluche	10 ans
Revaxis®	Tétanos - diphtérie - polio	10 ans te. & di. à vie polio*
Imovax - polio®	Polio (classique + rappel à l'âge adulte)	À vie*
Engerix B® 3 x	Hépatite B 0-1-4/6 mois	À vie si présence d'anticorps. À confirmer.
Havrix®/Vaqta®/ Avaxim® 2 x	Hépatite A 0-6/12 mois ou plus tard	À vie
Twinrix® 3 x	Hépatite A+B 0-1-4/6 mois ou plus tard	À vie si présence d'anticorps. À confirmer.
Typhim®	Fièvre typhoïde	3 ans
FSME® 3x	Méningo-encéphalite Frühsummer (0-1/3-9/12 mois)	3 ans 2ème rappel après 5-10 ans
Ixiaro® 2 x	Encéphalite japonaise (0-J.7/28-1 ans)	10 ans
Menveo®/ Nimenrix®	Méningite causée par méningocoque ACWY	5 ans
Priorix®/ MMR® 2x	Rougeole - Rubéole - Oreillons	À vie
Rabies® 2 x	Rage (0-7 jours)	En cas de morsure : 2 rappels







Cliniques universitaires  
**SAINT-LUC**  
UCL BRUXELLES

SUIVEZ-NOUS SUR



## INFORMATIONS

**DÉPARTEMENT DE MÉDECINE INTERNE  
ET SERVICES ASSOCIÉS**

**SERVICE DE MÉDECINE INTERNE**

**PATHOLOGIES INFECTIEUSES ET TROPICALES**

**NIVEAU -1, ROUTE 430**

**PRISE DE RENDEZ-VOUS :**

**+32 2 764 21 22**

**PRISE DE RENDEZ-VOUS AU RETOUR DE  
VOYAGE :**

**+32 2 764 21 22**

**TÉLÉPHONE D'URGENCE :**

**+32 2 764 21 98**



Éditeur responsable : Thomas De Nayer / Service de communication  
Photos : Shutterstock

**Cliniques universitaires Saint-Luc**

Avenue Hippocrate, 10 – 1200 Bruxelles

**[www.saintluc.be](http://www.saintluc.be)**

© Cliniques universitaires Saint-Luc

Vous souhaitez vous inspirer de cette brochure ? Merci de nous contacter préalablement.