

La trousse médicale du voyageur



PR J. DELMONT - Dr Nhan NGUYEN
Centre de Santé des Voyageurs –
Hôpital Nord - Marseille

La trousse médicale du voyageur doit permettre



- **la prévention des affections courantes**
- **leur traitement**
- **éventuellement les premiers soins d'urgence.**

LES PATHOLOGIES RENCONTREES

- **Diarrhée : 55 à 68%**
- infections voies respiratoires : 14 à 31%
- fièvre : 12 à 15% (dont le paludisme+++)
- dermatoses (infection bactérienne, fongique)
- infections sexuellement transmissibles

TROUSSE

- antidiarrhéiques
racécadotril TIORFAN®
fluoroquinolone ou
azithromycine
- antispasmodique
phloroglucinol SPASFON®
- désinfectant pour l'eau
- thermomètre
- antipaludiques
- antalgiques
antipyrétiques
- antibiotiques
amoxicilline ± acide clavulanique
- antimycosiques
- préservatifs

Trousse médicale de base

Ne pas oublier

- collyre Biocidan ®, Rifamycine ® ,
Opticron ®
- gouttes auriculaires Otofa ®
- décongestionnant ORL
- anti-histaminique
- antifongique en topique
- laxatif
- hypnotique léger

Et les traitements en cours en quantité suffisante +++

traumatisme



- petits pansements, sparadrap, sutures adhésives, gants stériles, ciseaux, pince à épiler, pansement hémostatique COALGAN ®
- antiseptique cutané : BISEPTINE spray, CHLORHEXIDINE mono dose, BETADINE®
- Pommade antibiotique : FUCIDINE ®
- seringues à usage unique avec certificat justifiant le port de seringues

brûlure

**soleil (coup de soleil,
traitement
photosensibilisant...)**

chaleur

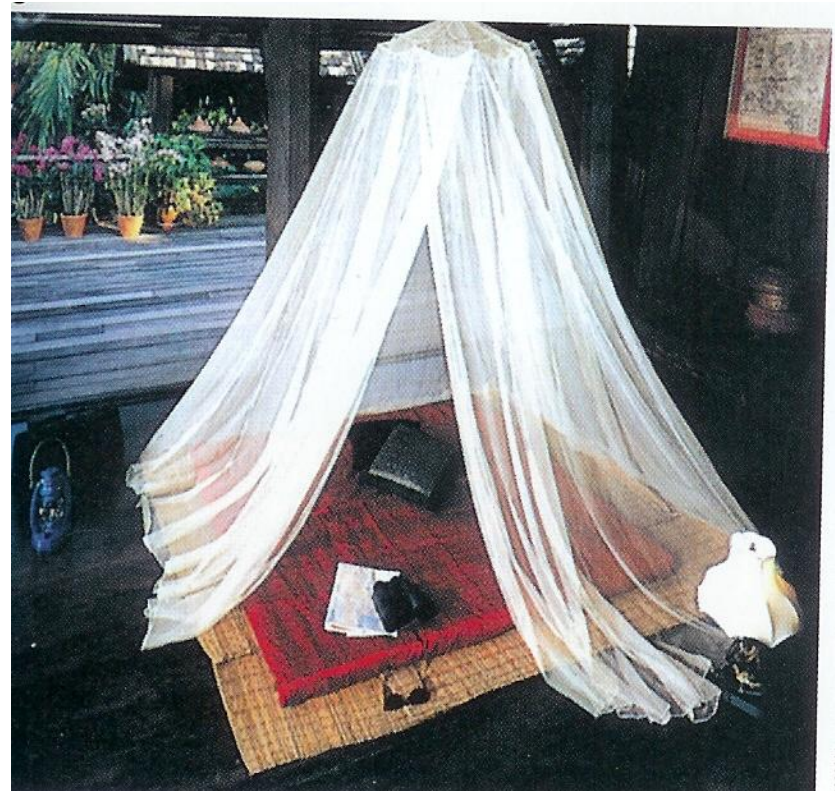


- **crème solaire**
- **crème type BIAFINE**

antipaludéens



- répulsifs
- moustiquaire



Autres prophylaxies



Dans des circonstances exceptionnelles, il peut être recommandé de prendre une chimioprophylaxie pour prévenir les :

- **diarrhées** en cas d'immunodépression sévère
=> quinolone si séjour <15 jours

Séjours aventureux

TREKKING, séjour en montagne

- matériel : couverture de survie, attelles gonflables
- Prévention et trt du mal des montagnes
 - acetazolamide **DIAMOX®**
en préventif ou curatif
 - en curatif :
nifédipine **ADALATE®**
antalgique (paracétamol
ou aspirine)



Lors des séjours en altitude, l'organisme est confronté à un manque d'oxygène, au froid et à une activité physique inhabituelle (Machu-Pichu, Pérou).

Trousse de l'allergique

- **carte d'éviction aliments, substances contre-indiquées**
- **antihistaminiques**
cetirizine ZYRTEC®, **loratadine CLARYTINE®**
- **corticoïdes injectables : Célestène®**
- **bêtamimétiques injectables ou en spray**
Ventoline®, **Bricanyl®**
- **adrénaline injectable**
Anapen®, **Anahelp®**
transport à l'abri de la lumière, au frais (+ 2° C à + 8°C), peut se conserver quelques semaines à température ambiante

Trousse du diabétique



- **insuline à conserver en bagage à main**
- **appareil à dextros, aiguilles , seringues**
- **amener avec soi des sucres d'action rapide (hypoglycémie) , prévoir des collations en cas de retard sur les repas**
- **attention particulièrement à l'hygiène des pieds**
- **documents : carte de diabétique, carnet de surveillance des glycémies, ordonnance, certificat médical (attestant de la maladie et du port de seringues), coordonnées correspondant diabétologue**

Trousse médicale de l'enfant

En plus des médicaments de base autorisés chez l'enfant :

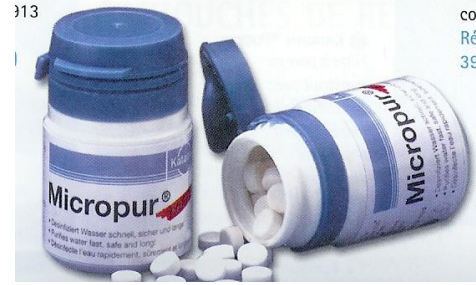
- eau minérale pour le voyage
- comprimés pour stériliser les biberons
Solustéril®
- anticonvulsivant
Valium® intra-rectal
- anti-émétique

Trousse médicale de l'enfant, exemple de prescription (MIT CH Nord)

DIARRHEE et/ou VOMISSEMENTS

- sachets de réhydratation orale type OMS, **ADIARIL®**
1 sachet dans 200 ml d'eau minérale, en petite quantité (30 ml) de façon rapprochée, à donner à volonté
- **TIORFAN®**, nourrisson, enfant ou adulte: Sachet X 3/j si diarrhée
- *En cas de diarrhée avec du sang et/ou de la fièvre, une consultation est nécessaire, notamment pour éliminer un paludisme. Après consultation, si l'état est jugé compatible avec un traitement externe, peut être proposé:*
 - *poids < 25 kg → Zithromax suspension buvable : 1 dose X kilo pendant 4 j*
 - *poids >25 kg → Zithromax cp 250 mg: 2cp/j en 1 prise pendant 4 J*

Désinfection de l'eau



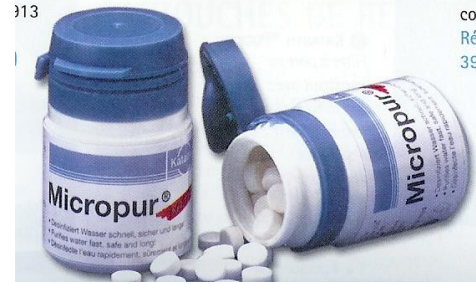
• EBULLITION

seul moyen actif contre tous les agents pathogènes (bactéries, virus, parasites) mais pas toujours possible

• DERIVES CHLORES

Drinkwell chlore®, Aquatabs®, Micropur Forte® (chlore + argent), Hydroclonazone®,
efficaces contre les bactéries, virus
non efficaces contre protozoaires, helminthes
délai d'action 1 heure, durée d'action 24 heures

Désinfection de l'eau



- **IODE (alcool iodé à 2%) et PRODUITS IODES**

Efficaces, mais utilisation de courte durée car risque de dysthyroïdie en qq semaines: Potable Aquatabs®, Globaline®, Polar Pur® (commercialisés à l'étranger)

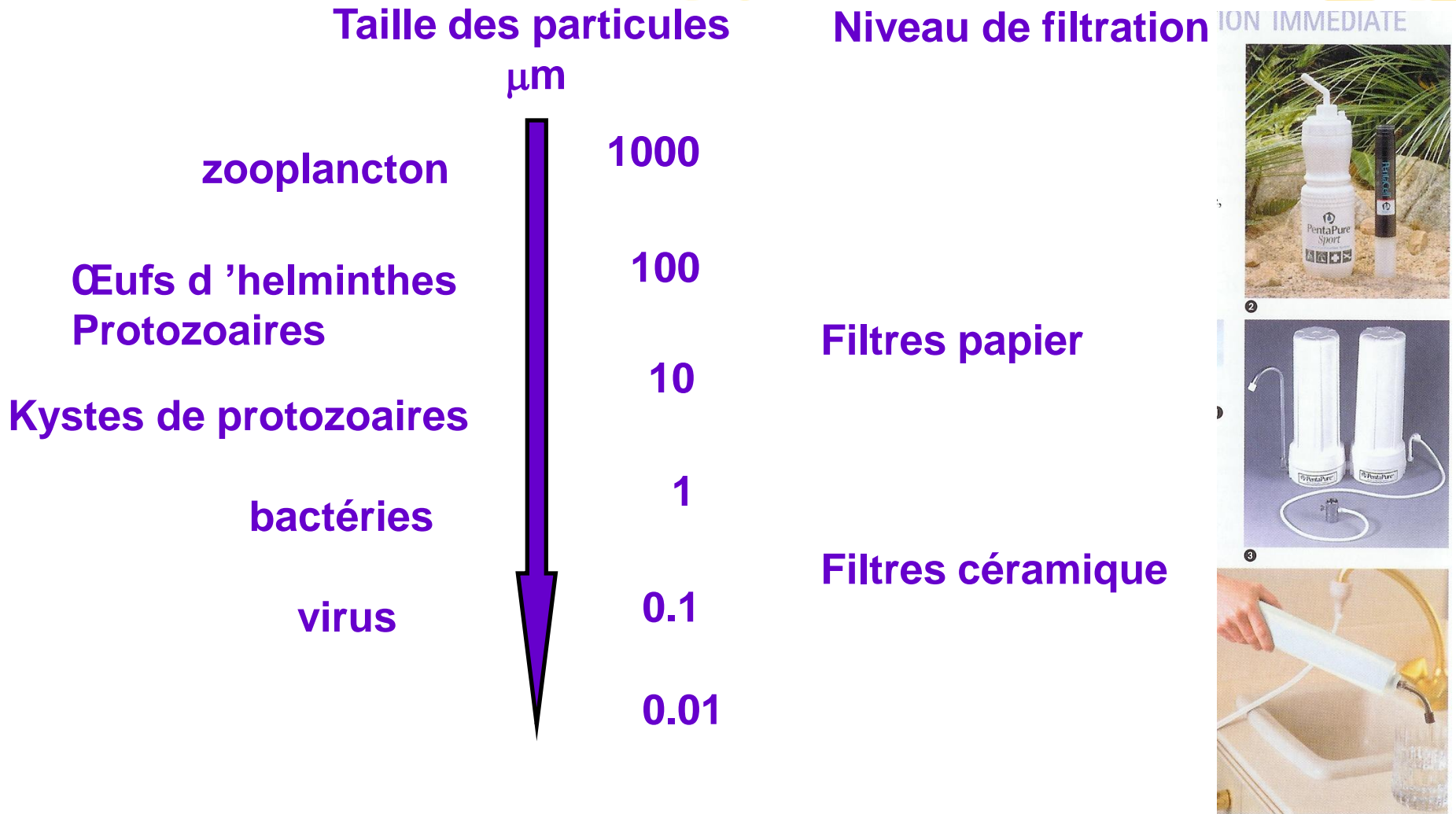
- **SELS D'ARGENT: conservent l'eau désinfectée au préalable**

Micropur Forte®, Drinkwell argent®

bactéricides faibles, efficacité médiocre sur virus et parasites

durée d'action 3 à 6 mois

Procédés de filtration de l'eau



Traitement de l'eau, en pratique

- **FILTRATION PREALABLE A LA DESINFECTION**
indispensable en dehors des villes, par microfiltre (pores 0.2 à 0.4 microns)
- **DESINFECTION RAPIDE :**
EBULLITION ou **DERIVES CHLORES**
Drinkwell chlore®, Hydroclonazone®, Aquatabs®
- **CONSERVATION DE L'EAU PURIFIÉE** dans jerricans, réservoirs...
SELS D'ARGENT
Micropur Forte® (chlore + argent),
Drinkwell argent®

Stabilité des médicaments

Etudes de stabilité des médicaments à la chaleur et humidité :

sur 180 médicaments contrôlés

des modifications de dosage en principe actif sont observées dans 10% des cas, rarement significatives , et en général couplées à des altérations de l'aspect.

Les médicaments les moins stables : aspirine, doxycycline en suspension buvable, tétracycline, Dakin soluté.

- Préférer les comprimés, les gélules**
- Préférer les formes sachets pour les médicaments pédiatriques (si eau propre pour la reconstitution)**
- Eviter les suppositoires et les sirops qui résistent mal à la chaleur.**

Stabilité des médicaments

mise au point de l'AFSSAPS 29/04/2004

Conditions de conservation mentionnée	Seuil toléré
Entre +2 et +8°C	0: Utiliser rapidement une fois sortis du réfrigérateur
À une température < 25 ou 30°C	Plusieurs semaines à 40°C
Aucune mention particulière de conservation	Pas de limite: stabilité démontrée à des températures de 40°C pendant 6 mois

Transport et conservation des médicaments



- De préférence dans les bagages à main

(température basse dans les soutes à bagage des avions, non chauffées)

- Ne pas déconditionner les médicaments
- **A CONSERVER AU REFRIGERATEUR**

Vaccins
immunoglobulines
insuline
adrénaline

Transports aériens

6 novembre 2006: règles concernant les contenus des bagages à main pour tous les passagers des compagnies aériennes dans toute l'Union Européenne (UE).

Les règles suivantes s'appliquent aux liquides dans les bagages à main :

- ⌘ volume de 100 ml maximum.
- ⌘ dans un sac en plastique transparent.
- ⌘ La contenance du sac en plastique transparent ne doit pas dépasser 1 litre.
- ⌘ Le sac en plastique transparent doit être refermable.

Deux exceptions :

- ⌘ alimentation pour bébé nécessaire pendant le vol.
- ⌘ médicaments nécessaires pendant le vol.

les certificats médicaux

- **ordonnance** pour les médicaments en DCI (Dénomination Commune Internationale)
- **certificat médical** attestant de l'usage personnel de la trousse médicale, seringues et aiguilles
- **carnet de vaccinations internationales**
- **carte de groupe sanguin**
- **carnet de santé des enfants**
- **liste des allergies**
- **contrats d'assurance et mutuelle**

Exemple de certificat médical attestant de l 'usage personnel de la trousse médicale

(Médecine Tropicale, 1997, 57, 4 bis)

Service.....

Hôpital.....

Nom du patient.....

Date.....

Nous, médecins dûment autorisés, attestons que la personne ci-dessus mentionnée, transporte avec elle des médicaments, une trousse médicale, des seringues et des aiguilles pour son usage personnel au cours du voyage. Tous ces objets ne sont pas destinés à la vente et ont fait l 'objet d 'une ordonnance médicale personnelle.

(version en anglais)

tampon , signature

A CHAQUE VOYAGE SA TROUSSE...

Un exemple : voyage au NEPAL

Conférence internationale médecine des voyages, Innsbruck, mai 2001, D. Shlim, P. Pandey

- **4 catégories de voyageurs**

- routards (1/3)
- volontaires ONG
- trekkeurs
- hommes d'affaires

- **Activités touristiques**

trekking (100 000/an), rafting (35 000 /an), visites parcs nationaux

- **Risques sanitaires**

- diarrhées 30-40%
- infections respiratoires fréquentes
- paludisme : vallée du Terai, + de mars à mai (saison touristique)
- mal aigu des montagnes plus fréquent dans les groupes que dans les circuits organisés
- cas de rage /an : 5.7 / 1 000 expatriés, 1.2 / 1 000 trekkeurs
- typhoïde et hépatite A +++
- encéphalite japonaise : saison à risque = juin à octobre, 50 cas / 100 000 hab. dans zones à risque, aucun cas chez les voyageurs de 1978 à 2000
- taux de mortalité : 14/100 000 trekkeurs, en premier lieu par traumatismes, avant les maladies et les disparitions