

Question Santé  
Des méthodes, des projets,  
des contenus de réflexion  
et des outils de travail.



Question  
SANTÉ

L'asbl Question Santé est un acteur reconnu dans le domaine de la **santé**, en matière d'**information**, d'**éducation**, d'**animation**, de **gestion de projet** et de **communication**. Elle met en débat les enjeux individuels et collectifs de la santé et les traduit en projets et outils, accessibles à des publics variés. Intégrée dans de multi-

ples réseaux d'acteurs institutionnels et de terrain, Question Santé s'appuie sur une équipe pluridisciplinaire, à l'écoute de vos besoins et des évolutions sociétales.

Communiqué de presse du 1<sup>er</sup> juin 2016



## Voyager sans risques inutiles

Ça y est, billet d'avion et passeport en poche, sandales aux pieds, bob à la main: vous êtes fin prêt à vous envoler vers de nouveaux horizons! Mais avez-vous pensé à votre *Passeport Question Santé*?

Il fête ses **25 ans** et, comme chaque année, ce petit outil de poche vous propose les astuces et mesures indispensables pour partir prévoyant et éviter que des soucis de santé n'entraient la détente des vacances. Mieux vaut voyager informé que d'avoir de mauvaises surprises!

Selon l'Institut de Médecine Tropicale d'Anvers, au cours de voyages en régions (sub)tropicales, plus d'une personne sur deux a un problème de santé quelconque, une sur trois souffre de diarrhée (plus ou moins invalidante selon les cas) et une sur quatre attrape des coups de soleil. Tout cela peut être évité grâce à une bonne pharmacie de voyage et à des précautions simples. Les chiffres sont moindres mais non négligeables pour les problèmes plus graves, comme les infections sérieuses, l'hépatite A, la malaria ou les IST.<sup>1</sup>

Le *Passeport Question Santé* vous donne des conseils, à suivre aussi bien avant le départ (quelle vaccination est recommandée, que dois-je emporter préventivement, dois-je envisager un traitement contre la malaria, quelles sont les destinations à risque à éviter en fonction de mon état de santé, si je suis enceinte ou voyage avec un bébé, etc.) qu'une fois sur place (échapper aux insolation et aux coups de soleil, mesures d'hygiène et précautions alimentaires, soins de première ligne, ...). Vous y trouverez des recommandations valables pour tout type de voyage ainsi qu'un tableau reprenant les mesures de prévention propres à chaque pays. Ce petit livret contient des informations essentielles autant sur des soucis de santé mineurs que sur des maladies plus graves, pour lesquelles quelques précautions doivent être prises avant le départ. Il est important de vérifier régulièrement l'état de votre vaccination avec votre médecin traitant, surtout avant un départ à l'étranger.

La *Passeport Question Santé* est édité chaque année depuis 1991 par l'asbl Question Santé, avec le soutien scientifique de la Société Scientifique de Médecine Générale (SSMG) et de l'Institut de Médecine Tropicale d'Anvers (ITG).

Vous pouvez vous le procurer gratuitement auprès de certaines communes, dans les centres de vaccination agréés et chez de nombreux médecins et pharmaciens, ou le commander gratuitement en écrivant à [info@questionsante.org](mailto:info@questionsante.org).

## Bientôt les Jeux Olympiques de Rio!

**Si vous avez votre place en tribune, n'oubliez pas votre *Passeport Question Santé!* Il vous renseignera avant de partir sur les mesures de prévention à suivre pour ne pas gâcher votre séjour avec des soucis de santé!**

Les voyageurs risquent surtout des maladies gastro-intestinales ou des infections transmises par des insectes (moustiques). Les précautions hygiéniques de base sont donc d'application, ainsi que l'usage de répulsifs anti-moustiques, de vêtements couvrants et l'utilisation de moustiquaires. Toutefois, il est déconseillé aux femmes enceintes d'entreprendre ce voyage en raison de l'épidémie occasionnée par le virus Zika. Une première épidémie de Zika s'était déclarée en 2007 dans les îles du Pacifique (Polynésie française) et une seconde sévit actuellement dans plusieurs pays d'Amérique centrale et du Sud et dans les Caraïbes. Cette maladie, généralement bénigne, est essentiellement nocive pour les femmes enceintes. Le virus peut en effet être transmis au fœtus et entraîner des complications, notamment des retards de croissance et des anomalies congénitales, ou encore la mort foetale et l'avortement spontané. Il est donc recommandé aux femmes enceintes ou souhaitant le devenir de reporter leur voyage dans les zones à risque après l'accouchement.<sup>2</sup>

### Pour en savoir plus

- site du Passeport Question Santé, <http://www.passeportsante.be>.
- Site de Question Santé, <http://www.questionsante.org/promotion-sante/passeport-questionsante>.
- Site de l'Institut de Médecine Tropicale d'Anvers (ITG), <http://www.itg.be>.
- Site Vacc.info: <http://vaccination-info.be>.

### Plus d'informations

Patrick Trefois; [patrick@questionsante.org](mailto:patrick@questionsante.org).

1. *Conseils de santé pour voyageurs; édition destinée au corps médical*, Institut de Médecine Tropicale d'Anvers (ITG), version 2014-2015, [http://www.itg.be/itg/Uploads/MedServ/medasso2014/medasso2014\\_FR\\_02.pdf](http://www.itg.be/itg/Uploads/MedServ/medasso2014/medasso2014_FR_02.pdf).

2. - *Potential risks to public health related to communicable diseases at the Olympics and Paralympics Games in Rio de Janeiro, Brazil, 2016*, European Centre For Disease Prevention and Control (ECDC), 10 mai 2016, <http://ecdc.europa.eu/en/publications/Publications/Risk-assessment-mass%20gathering-Rio-2016-10May2016.pdf>.

- *Zikavirus*, ITG, 31 mars 2016, <http://www.itg.be/itg/Uploads/MedServ/Fzika.pdf>.

- *Zika: un danger pendant la grossesse*, Mon Généraliste, 18 avril 2016, <http://www.mongeneraliste.be/maladies/zika-un-danger-pendant-la-grossesse>.

- *Zika virus disease epidemic: potential association with microcephaly and Guillain-Barré syndrome*, ECDC, 11 avril 2016, <http://ecdc.europa.eu/en/publications/Publications/zika-virus-rapid-risk-assessment-11-april-2016.docx.pdf>.

Avec le soutien de



FÉDÉRATION  
WALLONIE-BRUXELLES



Question Santé asbl  
Rue du Viaduc 72 - 1050 Bruxelles - Belgique



T +32 (0)2 512 41 74  
F +32 (0)2 512 54 36



[www.questionsante.org](http://www.questionsante.org)  
[info@questionsante.org](mailto:info@questionsante.org)

Copyright © 2015 Question Santé asbl - All rights reserved.

Pour vous désinscrire, cliquez [ICI](#)