



Réservation santé

Bulletin d'information en santé-voyage
Directions de la santé publique des Laurentides et de Laval

Une diarrhée n'est pas toujours une simple «turista»

Par Suzanne Gagnon, médecin-conseil
Direction de la santé publique de Québec

Plusieurs microbes peuvent causer une diarrhée chez le voyageur. Parmi ces agents infectieux, on retrouve la bactérie *Salmonella typhi*, responsable de la fièvre typhoïde. Cette bactérie est transmise par la consommation d'eau ou d'aliments contaminés.

Bien que le risque de contracter une fièvre typhoïde soit moins grand que celui de contracter l'hépatite A, certaines destinations (ex.: l'Inde, le Pérou) ou certains types de voyage (ex.: voyages hors des circuits touristiques, longs séjours) présentent des risques nettement plus importants pour le voyageur.

Les symptômes de la fièvre typhoïde

Une fois infectées par la bactérie, 10 à 20 % des personnes présentent une diarrhée transitoire. Puis apparaissent des symptômes tels que maux de tête, courbatures, fièvre intermittente, suivis de symptômes plus sévères : ralentissement du rythme cardiaque, nausées, vomissements, douleurs abdominales, éruption cutanée, augmentation du volume des ganglions, de la rate et du foie.

Il peut y avoir une rémission spontanée après trois semaines. Une rechute est cependant possible et des complications peuvent également survenir : saignement et perforation intestinale, pouvant entraîner le décès. De plus, certains individus peuvent demeurer

porteurs de la bactérie même s'ils n'ont pas de symptômes.

La prise d'antibiotiques peut diminuer la durée de la maladie, ainsi que les complications et les risques de décès.

Comment prévenir la fièvre typhoïde ?

Le voyageur qui se rend dans un pays où le risque de transmission de la fièvre typhoïde est important devrait être vacciné. Il faut



noter que le fait d'avoir déjà fait une fièvre typhoïde ne donne pas une immunité suffisante. Les voyageurs ayant déjà souffert de fièvre typhoïde doivent donc être vaccinés si l'incidence de la maladie est importante dans le pays visité. Lorsque l'incidence y est moins élevée, l'évaluation du risque individuel permettra d'identifier les voyageurs qui devraient être vaccinés.

Vacciné ou non, pour prévenir la fièvre typhoïde, il faut appliquer les précautions à l'égard de l'eau et des aliments :

- ✓ ne boire que de l'eau traitée ou embouteillée (pour s'abreuver, pour laver les aliments et même pour se brosser les dents);
- ✓ appliquer la consigne « peler, cuire, bouillir ou s'en passer » pour la consommation des aliments.

Les risques de fièvre typhoïde seront alors très faibles.

Non, la diarrhée n'est pas toujours une simple « turista »...

Pour traiter l'eau en voyage

Avant de la désinfecter, l'eau qui n'est pas limpide devrait tout d'abord être filtrée, avec un filtre à café ou en tissu, ou avec un filtre commercial. Certains modèles de filtres disponibles sur le marché font à la fois la filtration et la désinfection; la désinfection est alors faite par de l'iode ou du nitrate d'argent, par exemple.

Comme les dispositifs servant seulement à filtrer l'eau ne sont pas suffisants pour éliminer bactéries et virus, il faut donc ensuite la désinfecter, en utilisant une des méthodes suivantes :

- ✓ l'ébullition, qui est la meilleure méthode (amener l'eau à ébullition; verser dans des bouteilles propres avec couvercle; laisser refroidir à la température de la pièce; réoxygéner en agitant l'eau avec un ustensile propre);
- ✓ la chloration, en diluant 2 gouttes d'eau de javel 4 à 6 % par litre d'eau;
- ✓ la désinfection à l'iode, en diluant 5 gouttes de teinture d'iode 2 % (disponible en pharmacie) ou 1 comprimé «coghlan's» (disponible dans les magasins d'accès-soires de plein air) par litre d'eau; bien mélanger et laisser reposer 30 minutes.

Où retrouve-t-on la fièvre typhoïde ?

Cette maladie infectieuse est présente en Amérique centrale, en Amérique du Sud, dans certaines îles des Caraïbes, en Afrique, au Moyen-Orient et en Asie. Les intervenants des cliniques santé-voyage pourront informer le voyageur sur les risques liés à la destination choisie et sur les recommandations de vaccination en vigueur.

Recommandations pour Cuba

Les voyageurs se rendant à Cuba devraient consulter une clinique santé-voyage avant leur départ afin de recevoir les vaccins appropriés et les conseils préventifs adaptés à leur circuit, à la durée de leur voyage et à leur état de santé personnel.



Vaccins recommandés

- ✓ Mise à jour de la vaccination de base (diphtérie, tétanos, rougeole...) pour tous les voyageurs.
- ✓ Vaccination contre l'hépatite A pour tous les voyageurs.
- ✓ Vaccination contre l'hépatite B pour certains voyageurs (séjour prolongé, comportements à risque...).
- ✓ Les vaccins contre la fièvre typhoïde et la rage pourront être recommandés en fonction du type de voyage ou de la région visitée.

Malaria (paludisme)

- ✓ Il n'y a pas de risque de malaria à Cuba.

Fièvre dengue

- ✓ La fièvre dengue est présente à Cuba. La protection contre les piqûres de moustiques est de rigueur (insectifuges contenant du DEET, vêtements longs et pâles...).

Diarrhée des voyageurs

- ✓ Précautions pour l'eau et les aliments : boire de l'eau embouteillée, éviter les glaçons, manger des légumes et des fruits pelés ou cuits, manger des viandes ou des poissons bien cuits...
- ✓ Apporter une médication antidiarrhéique et des antibiotiques pour le traitement de la diarrhée.

Autres conseils

- ✓ Se méfier des animaux (chiens errants...) car ils peuvent être porteurs de la rage.
- ✓ Attention aux accidents de la route.
- ✓ Ne pas oublier les mesures de protection contre les maladies transmissibles sexuellement (MTS).
- ✓ Pour les aspects concernant la stabilité politique et la sécurité, consulter les renseignements consulaires aux voyageurs sur le site du Ministère des Affaires étrangères et du Commerce international (http://voyage.dfaitmaeci.gc.ca/destinations/menu_f.htm).

**Prévention et contrôle
des maladies transmissibles**

Petite enfance
Santé des voyageurs
immunisation
Autres maladies transmissibles

Santé
et Services sociaux
Québec

Ça y est ! Le bulletin d'information sur la santé des voyageurs, *Réservation santé* est maintenant disponible sur le site Internet du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS).

Vous n'avez qu'à sélectionner la rubrique *Bulletin* sur le site santé-voyage, dont voici l'adresse :

http://www.msss.gouv.qc.ca/preventioncontrole/voyageurs/fs_voyageur.html

RÉSERVATION SANTÉ

RESPONSABLE DU PROJET

Sylvie Provost MD
Direction de la santé publique (DSP) des Laurentides

COMITÉ DE RÉDACTION

Chantal Beaudet MD	DSP de l'Estrie
Marie-Hélène Favreau MD	Pratt & Whitney Canada
Suzanne Gagnon MD	DSP de Québec
Louise Laberge MD	DSP de l'Outaouais
Diane Lambert MD	DSP de Laval
Louise Poirier MD	Hôpital Maisonneuve-Rosemont
Sylvie Provost MD	DSP des Laurentides
Dominique Tessier MD	Voyage Medisys
Dominique Trempe MD	Hôpital Maisonneuve-Rosemont

Bulletin publié par les Directions de la santé publique des Laurentides (450 436-8622) et de Laval (450 978-2000), en collaboration avec le Comité consultatif québécois sur la santé des voyageurs (CCQSV) et l'Institut national de santé publique du Québec



RÉGIE RÉGIONALE
DE LA SANTÉ ET DES
SERVICES SOCIAUX

DIRECTION DE LA SANTÉ PUBLIQUE

ISSN 1206-9736