



Réservation santé



Bulletin d'information en santé-voyage
Directions de la santé publique

Vol. 2 N° 6
Avril 1999

Laurentides • Lanaudière • Laval • Mauricie-Centre du Québec

Le choléra, un risque pour les voyageurs ?

Par Yvon Doyon MD, Mauricie - Centre du Québec

Il arrive que des désordres climatiques entraînent des événements (par exemple l'ouragan Mitch survenu il y a quelques mois en Amérique centrale) susceptibles d'augmenter les risques de maladie. Parmi ces maladies, on entend parfois parler du choléra. Cette maladie représente-t-elle vraiment un risque pour nos voyageurs ? Comment prévient-on cette infection ?

Le choléra est une maladie bactérienne transmise par l'ingestion d'eau ou d'aliments contaminés, notamment des fruits de mer, ou par contact direct avec une personne infectée.

Quel est le risque pour les voyageurs ?

Le choléra est présent dans presque tous les pays en voie de développement de l'Asie, de l'Afrique, de l'Amérique centrale et de l'Amérique du Sud.

Le risque qu'un voyageur contracte le choléra est toutefois très faible, surtout lorsque celui-ci voyage en circuit touristique ou dans des conditions d'hygiène raisonnables.

On estime que le risque de choléra chez le voyageur en provenance d'un pays industrialisé est d'environ 3 cas par million de voyageurs par mois de séjour en pays en développement. Ce risque est 1000 fois inférieur au risque de contracter une hépatite A.

(suite page suivante)



Il peut s'écouler de 2 à 7 jours entre le moment où l'on se contamine et l'apparition des symptômes. Le plus souvent, l'infection passe inaperçue, la personne atteinte ne présentant aucun symptôme. Dans 20 % des cas, le choléra se manifeste sous forme de gastro-entérite légère à modérée d'une durée de quelques jours. Dans 5 % des cas, le début de la maladie est brutal avec des selles liquides très abondantes, des vomissements et une déshydratation sévère qui peut apparaître en quelques heures et, parfois, entraîner le décès. La maladie est plus sévère chez les plus démunis ou les personnes sous-alimentées.

Comment prévenir le choléra ?

La meilleure prévention contre le choléra consiste à observer les mesures d'hygiène recommandées pour prévenir la diarrhée du voyageur :

- ☞ boire seulement des **boissons en bouteille scellée**, de l'eau bouillie ou traitée à l'iode ou au chlore, du thé ou du café chaud ;
- ☞ manger les viandes, les poissons, les fruits de mer et les légumes toujours **bien cuits et chauds** ;
- ☞ **laver et peler** les fruits ;
- ☞ **éviter les glaçons** dans les boissons ;
- ☞ éviter les produits laitiers non pasteurisés, la crème pâtissière, la crème glacée et la mayonnaise ;
- ☞ **se méfier des buffets** car les aliments peuvent être longtemps à la température de la pièce ; les aliments chauds sont préférables aux aliments froids ;
- ☞ éviter les aliments vendus dans la rue ou sur la plage ;
- ☞ se laver soigneusement les mains avant de préparer les aliments ou de manger ;
- ☞ utiliser de l'eau traitée même pour se brosser les dents et rincer sa brosse à dent.

Quelle est la place de la vaccination dans la prévention du choléra ?



La vaccination contre le choléra est rarement indiquée chez les voyageurs. Elle pourra toutefois être envisagée dans des cas exceptionnels :

- coopérants ou travailleurs de la santé en zone endémique ou épidémique et ayant des contacts étroits avec une population indigente ou travaillant dans des conditions sanitaires inadéquates;
- voyageurs dont les mécanismes de défense gastrique sont diminués (gastrectomie, prise régulière d'antiacides ou autres médicaments diminuant l'acidité dans l'estomac) et séjournant dans des conditions sanitaires inadéquates.

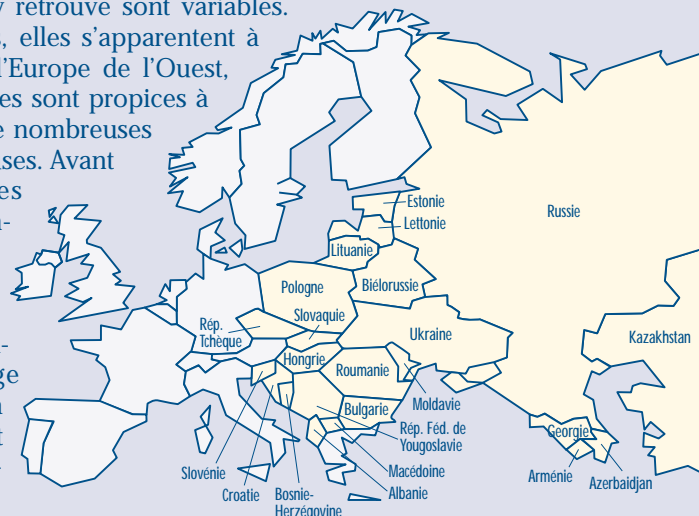
Vaccination obligatoire contre le choléra ?

En vertu du règlement sanitaire international de l'OMS, aucun pays ne peut exiger officiellement de certificat de vaccination contre le choléra pour les voyageurs. Cependant, dans certains pays, il peut arriver que les douaniers exigent quand même un tel certificat. Dans de tels cas, si le vaccin n'est pas indiqué, une mention *non indiqué médicalement* sera inscrite dans le carnet de vaccination lors de la consultation à la clinique santé-voyage.

Recommandations pour l'Europe de l'Est

Depuis quelques années, les pays d'Europe de l'Est sont devenus des destinations de plus en plus fréquentées par les touristes québécois. Les conditions sanitaires qu'on y retrouve sont variables.

Dans certains cas, elles s'apparentent à celles des pays d'Europe de l'Ouest, mais, souvent, elles sont propices à la transmission de nombreuses maladies infectieuses. Avant leur départ, les voyageurs se rendant en Europe de l'Est devraient donc s'informer auprès de la clinique santé-voyage des risques à la santé existant dans la région visitée.



- Pour tous les voyageurs, on recommandera la mise à jour de la vaccination de base contre la diphtérie, le tétanos, la poliomyélite, la rougeole,...
- Selon la région visitée et le genre de voyage, une immunisation contre l'hépatite A pourra être recommandée.
- Dans certains cas, la vaccination contre la typhoïde pourra être envisagée (ex.: lors de séjour prolongé ou pour des voyageurs séjournant hors des circuits touristiques habituels et dans de mauvaises conditions sanitaires).
- Le vaccin contre l'hépatite B sera recommandé selon le type d'activités envisagées ou la durée du voyage.
- Les mesures de prévention contre la diarrhée du voyageur doivent être appliquées rigoureusement : boire de l'eau embouteillée, éviter les glaçons dans les boissons, manger des viandes ou des poissons bien cuits, éviter les mollusques et éviter les buffets lorsque c'est possible. Il peut être utile d'apporter une médication antidiarrhéique (ex.: Imodium^{md}) et même, dans certains cas, des antibiotiques à prendre en cas de diarrhée sévère.
- Et il ne faut pas oublier les mesures de protection contre les MTS (maladies transmissibles sexuellement).

Attention!

Récemment, deux cas de shigellose (infection de l'intestin responsable de diarrhée sévère) étaient signalés chez des voyageurs lavallois revenant de séjour touristique à Punta Cana (République dominicaine).

Nous vous rappelons qu'il est important de recommander aux voyageurs de consulter à la clinique santé-voyage avant leur départ, afin de recevoir les recommandations préventives et prescriptions appropriées.

RÉSERVATION-SANTÉ

Responsable de publication

Sylvie Provost md
Direction de la santé publique des Laurentides

Comité de rédaction

Yvon Doyon md Diane Lambert md
Sylvie Provost md Chantal Saint-Dizier md

Publication

Les Directions de la santé publique des Laurentides (450) 436-8622
de Lanaudière (450) 759-1157
de Laval (450) 978-2000
de Mauricie-Centre du Québec (819) 693-3636



RÉGIE RÉGIONALE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX

DIRECTION DE LA SANTÉ PUBLIQUE

Nous tenons à remercier SmithKline Beecham division vaccins pour son appui financier à la production de ce bulletin.

SB
SmithKline Beecham
VACCINS

ISSN 1206-9736