



Réservation santé

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

Vol. 1 N° 3
Novembre 1997

Laurentides • Lanaudière • Mauricie - Bois - Francs

Le paludisme : gare aux moustiques !

Par Yvon Doyon, médecin-conseil

Direction de la santé publique de Mauricie-Bois-Francs

Saviez-vous que le paludisme, qu'on appelle aussi malaria, est responsable de 1,5 à 3,5 millions de décès chaque année dans le monde. Cette maladie existe depuis des siècles et se retrouve dans plus de 90 pays des régions tropicales et sub-tropicales. Or ces régions sont fréquemment visitées par les voyageurs québécois...

Au Québec en 1996, 117 cas de paludisme, acquis à l'étranger, ont été signalés aux autorités de santé publique (744 au Canada). Étant donné que cette infection peut être évitée en respectant quelques mesures préventives, une consultation en santé-voyage s'impose pour tout voyageur en pays impaludé.

La malaria est causée par un parasite appelé *Plasmodium* dont il existe quatre espèces. Le *Plasmodium falciparum* est le plus dangereux car il peut être mortel alors que les autres peuvent donner des rechutes plusieurs mois voire quelques années après l'infection.

Comment peut-on attraper le paludisme ?

La malaria se transmet par une piqûre de moustique, l'Anophèle femelle, qui est semblable à notre maringouin. Ce moustique doit se contaminer sur une personne infectée et par la suite il transmettra la maladie aux personnes qu'il piquera.



Quels en sont les symptômes ?

Le paludisme se manifeste habituellement par :

- ✓ de la fièvre, parfois à début brutal;
- ✓ des symptômes semblables à une grippe, tels que frissons, maux de tête, douleurs musculaires, etc.

Ces symptômes apparaissent généralement 1 à 4 semaines après la piqûre d'un

moustique infecté et, parfois, plusieurs mois après la contamination.

Environ 90 % des voyageurs qui contractent le paludisme ne deviennent symptomatiques qu'après leur retour au Canada.

Lorsque le *Plasmodium falciparum* est impliqué, cela peut être mortel si la personne n'est pas traitée rapidement. On comprendra donc que ***tout épisode de fièvre pendant ou après un séjour dans une zone impaludée doit être considéré comme une crise de paludisme et est une urgence médicale.***

Quand et où peut-on attraper le paludisme ?

Les périodes à risque sont le soir et la nuit car le moustique pique entre le coucher et le lever du soleil. Le risque varie selon le

pays, la saison, l'altitude et la région (urbaine ou rurale), etc.

La carte présentée au verso indique les pays comportant un risque de malaria. Le risque est particulièrement élevé pour tous les voyageurs en Afrique subsaharienne. Les risques sont plus faibles pour les destinations touristiques telles que le Mexique et l'Amérique centrale. Cependant, il ne faut pas oublier qu'en 1996, nous avons eu au Québec plusieurs cas de paludisme chez des touristes revenant du Nicaragua et d'Haïti.

Compte tenu de la gravité de la malaria, il est toujours plus prudent de suggérer aux voyageurs de s'informer, auprès d'une clinique santé-voyage, sur le risque d'attraper cette maladie à la destination choisie ... plutôt que de le voir revenir malade.

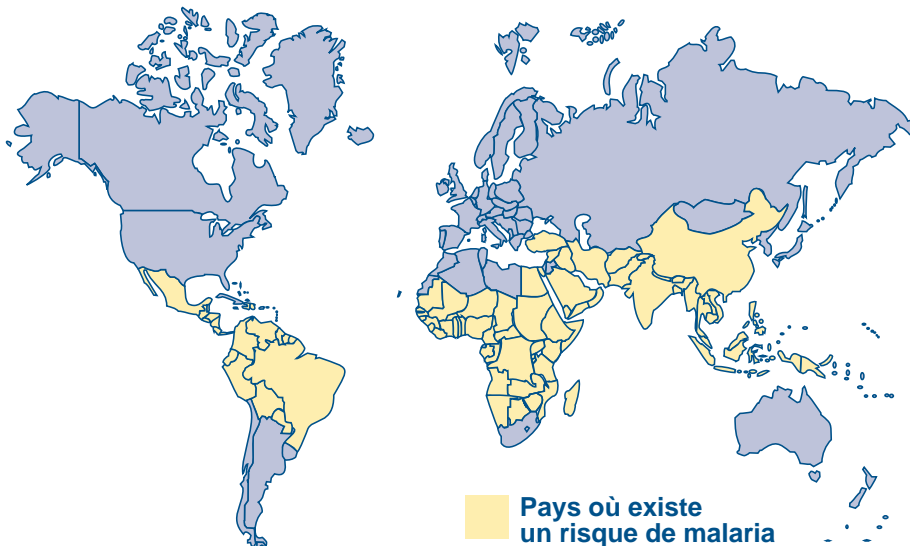
Peut-on prévenir le paludisme ?

Le meilleur moyen d'éviter le paludisme demeure la prévention contre les piqûres de moustiques :

- ✓ éviter, si possible, de sortir entre le coucher et le lever du soleil;
- ✓ porter, le soir, des vêtements pâles, amples et à manches longues;
- ✓ éviter les produits parfumés;
- ✓ utiliser un produit insectifuge contenant 25 à 50 % de DEET;
- ✓ dormir sous une moustiquaire s'il n'y a pas d'air climatisé.

Selon la région visitée et les activités prévues à destination, des médicaments antipaludéens peuvent être recommandés en prévention. Les principaux médicaments utilisés sont la chloroquine (Aralen^{MD}) et la méfloquine (Lariam^{MD}), selon les caractéristiques du parasite dans le pays visité.

La malaria dans le monde



Recommandations pour le Nicaragua

Le Nicaragua sort à peine d'une période sombre où guerres, désastres naturels, conflits internes, difficultés économiques et problème d'emploi ont appauvri le pays. Ceci explique les conditions sociosanitaires difficiles, la précarité des systèmes de santé et de transport et la piètre condition des routes qui prévalent au Nicaragua.

Les voyageurs prévoyant se rendre au Nicaragua devraient consulter une clinique santé-voyage afin de recevoir les conseils, les médicaments et les vaccins suivants :



- la mise à jour de la vaccination de base contre la diphtérie et le tétanos;
- une immunisation contre l'hépatite A;
- la vaccination contre la typhoïde, selon le type de voyage projeté ou sa durée;
- les vaccins contre l'hépatite B, la fièvre jaune ou la rage, pourraient être recommandés selon le type d'activité envisagé (ex.: travail en forêt ou dans le domaine de la santé); le vaccin contre la fièvre jaune peut être exigé si le voyageur transite par un pays où sévit la fièvre jaune, avant d'entrer au Nicaragua;
- la prévention des piqûres de moustiques, à l'aide de produit chasse-moustiques contenant du DEET (à une concentration de 35 % ou plus chez l'adulte et de 6 à 10 % pour les enfants), afin de protéger contre la dengue et la malaria;
- la prise hebdomadaire de médicament (ex.: Aralen^{MD}) afin de prévenir efficacement la malaria;
- les mesures de prévention contre la diarrhée du voyageur devraient être appliquées rigoureusement : 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, 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.

Cliniques santé-voyage

Quelques modifications ont été apportées à la liste des cliniques santé-voyage des régions des Laurentides, de Lanaudière et de Mauricie-Bois-Francs. Voici la nouvelle liste...

Laurentides

- CLSC Jean-Olivier Chénier, Saint-Eustache (514) 491-1233
- CLSC Arthur-Buies, Saint-Jérôme (514) 431-2221
- CLSC des Trois-Vallées, Sainte-Agathe-des-Monts (819) 326-3111
- CLSC des Hautes-Laurentides, Mont-Laurier (819) 623-1228

Lanaudière

- Clinique Santé-Voyage de la Direction de santé publique de Lanaudière, Repentigny (514) 582-2066
- Clinique Voyage des Prairies, Notre-Dame-des-Prairies (514) 752-1050
- CLSC Joliette, Joliette (514) 755-2111
- CLSC Matawinie, Chertsey (514) 882-2488
Saint-Donat (819) 424-1511
Saint-Michel-des-Saints (514) 833-6334

Mauricie-Bois-Francs

- CLSC-CHSLD Les blés d'or, Fortierville (819) 287-4442
- CLSC Suzor-Côté, Victoriaville (819) 758-7281
- CLSC-CHSLD de l'Érable, Plessisville (819) 362-6301
- CLSC Drummond, Drummondville (819) 474-2572
- CLSC Vallée de la Batiscan, Sainte-Geneviève-de-Batiscan (418) 362-2727
Saint-Tite (418) 365-7555
- Regroupement Cloutier-du Rivage, Cap-de-la-Madeleine (819) 372-1316
- CLSC Centre-de-la Mauricie, Shawinigan (819) 539-8371
- Carrefour de santé et des services sociaux de la Saint-Maurice La Tuque (819) 523-4581

RÉSERVATION-SANTÉ

Responsable de publication

Sylvie Provost, médecin-conseil

Comité de rédaction

Yvon Doyon md
Sylvie Provost md
Chantal Saint-Dizier md

Publication

Les Directions de la santé publique
des Laurentides (514) 436-5669
de Lanaudière (514) 759-9900
de Mauricie-Bois-Francs (819) 693-3636



RÉGIE RÉGIONALE
DE LA SANTÉ ET DES
SERVICES SOCIAUX

DIRECTION DE LA SANTÉ PUBLIQUE

Nous tenons à remercier Merck Frosst pour son appui financier à la production de ce bulletin.



MERCK FROSST
Division Vaccins