



Conseils de voyage pour les patients souffrant de cancer

Le cancer n'empêche généralement pas de voyager. Cependant, certaines précautions doivent être prises pour assurer des vacances sans soucis. Une planification précoce (au moins 4 à 6 semaines avant le départ) et précise peut aider. Discutez de la destination et de la durée du voyage avec votre médecin. Il peut évaluer votre capacité à voyager et vous donner des conseils.

■ Destination

Consultez votre médecin pour obtenir des informations sur les infrastructures médicales de votre lieu de vacances et les frais privés pouvant survenir.

Demandez à votre médecin si vous devez partir en vacances avant ou après votre traitement et ce à quoi vous devez veiller.

■ Moyens de transport

Selon le moyen de transport (train, avion, bateau, voiture, bus etc.), le voyage peut être assez fatigant. Le risque de complications peut augmenter en fonction des circonstances. De longues périodes d'immobilité pendant les vols ou les trajets peuvent augmenter le risque de thrombose chez les patients atteints de cancer. Demandez à votre médecin quel moyen de transport il vous conseille et quelles sont les mesures nécessaires pour prévenir la thrombose (médicaments, bas de compression). Les services médicaux des compagnies aériennes peuvent également vous conseiller.

Voyage en avion : Pendant un vol, il peut y avoir des fluctuations de la pression atmosphérique. Les personnes ayant été opérées de l'abdomen, de la poitrine, du crâne et du cerveau quelques semaines auparavant sont moins aptes à voyager en avion. Les tumeurs et les métastases cérébrales peuvent provoquer des gonflements ou des convulsions.

Pour les patients présentant une stomie, il existe des sacs spéciaux qui sont moins sensibles aux fluctuations

de pression. Un certificat médical multilingue peut aider à répondre aux éventuelles questions posées lors des contrôles de sécurité. Les patients porteurs de ports, de stents ou d'implants doivent également être munis d'un certificat médical. Ces dispositifs peuvent déclencher une alarme lors des contrôles de sécurité.

■ Médicaments

Il est préférable d'emporter plus de médicaments que la quantité exacte nécessaire. Les quantités autorisées sont celles correspondant à un traitement de 30 jours maximum. Si possible, emportez-les tous dans votre bagage à main, notice d'emballage comprise, ou prenez-en suffisamment avec vous au cas où vos bagages arriveraient en retard ou pas du tout. Demandez également à la compagnie aérienne ou directement à l'ambassade étrangère si les médicaments dont vous avez besoin peuvent être importés dans les pays de destination et d'escale sans problème, et s'ils y sont disponibles en cas d'urgence. Certaines réglementations d'importation s'appliquent aux analgésiques puissants tels que la morphine et les injections. Dans ce cas, votre médecin doit vous délivrer un certificat approprié, de préférence dans la langue de destination ou en anglais, qui doit être authentifié par le point de livraison (pharmacie).

Certains médicaments sont sensibles à la chaleur, au froid ou à l'humidité. Demandez à votre médecin quelle est la meilleure façon de conserver les médicaments pendant le voyage.

■ Prise de médicaments

Selon votre destination et la durée de votre vol, il peut y avoir un décalage horaire. Par conséquent, planifiez à l'avance le moment où vous prendrez vos médicaments. Cette précaution vaut également pour le voyage de retour. Notez l'heure à laquelle vous avez pris tel ou tel médicament.

En cas de vomissement dans les 30 à 60 minutes qui suivent la prise de médicaments, ceux-ci doivent être repris, car ils n'ont pas pu être complètement absorbés

par l'organisme en si peu de temps. Cela ne s'applique pas aux médicaments contre les maladies cardiaques ou le diabète, auquel cas vous devez consulter un médecin.

Risque d'infection

En fonction de la destination, certaines vaccinations sont recommandées. Elles sont également utiles aux personnes atteintes de cancer. Si votre traitement contre le cancer est terminé depuis un certain temps, les vaccinations recommandées peuvent être effectuées. Cependant, si la chimiothérapie ou la radiothérapie n'est pas encore terminée ou n'a été effectuée que récemment, le risque d'infection est plus élevé. Cela signifie que vous aurez besoin d'une protection spéciale et que les vaccinations pourraient ne pas être possibles ou efficaces aux alentours du départ. Votre médecin peut alors vous conseiller une autre destination de vacances.

Soleil

Suite à une chimiothérapie ou radiothérapie récente, la peau est particulièrement sensible aux rayons UV du soleil. L'exposition intense au soleil et à la chaleur est également problématique pour les patients qui ont subi l'ablation de nombreux ganglions lymphatiques ou qui présentent un lymphœdème. Une bonne protection solaire est ici recommandée.

Assurance

Souscrivez une assurance maladie complémentaire ou de voyage si votre compagnie d'assurance maladie ne couvre pas les frais dans le pays de destination ou les éventuels transports en ambulance. Assurez-vous que votre assurance couvre également les aggravations d'une maladie chronique. Vous devriez également souscrire une assurance annulation de voyage comprenant l'interruption et le transport de retour, au cas où vous devriez annuler ou interrompre votre voyage à court terme ou être rapatrié.

Ayez sur vous la carte d'assurance de la compagnie d'assurance maladie auprès de laquelle vous avez souscrit l'assurance de base. Le verso est une carte d'assurance européenne. Cela vous donne le droit de recevoir des soins médicaux imprévus dans les pays de l'UE/AELE.

Informations utiles



Qui veut voyager loin ménage sa monture (brochure du Département fédéral des affaires étrangères DFAE)



Conseils aux voyageurs & représentations (DFAE)



Formulaires de navigabilité SWISS (SAF/MEDIF)



Conseils médicaux aux voyageurs safetravel.ch

Prenez ces documents dans vos bagages à main

- Document contenant le nom, le numéro de téléphone et l'adresse e-mail du médecin traitant pour toute question
- Certificat médical faisant état du diagnostic et du traitement en cours (si possible multilingue)
- Certificat médical pour l'importation de tout médicament dont l'autorisation est requise dans le pays de destination
- Certificats pour stomies, ports ou implants
- Carnet de vaccination
- Liste des médicaments pris actuellement, avec toutes les notices correspondantes
- Liste du matériel qui peut être nécessaire pendant les vacances (matériel de pansement, sac de stomie, etc.)
- Carte européenne d'assurance maladie

Cet article a été rédigé par TCS MyMed, la plateforme médicale du TCS. Plus d'informations :

www.tcs-mymed.ch