



Conseils de voyage pour les patients souffrant du VIH

Une infection par le VIH n'empêche généralement pas de voyager. Lors de voyages en Europe, aucun problème majeur ne se pose. Cependant, des préparatifs, plus ou moins longs selon la destination, peuvent être nécessaires pour les voyages lointains. Une planification précoce (env. 6 mois avant le départ) et précise peut aider. Discutez de vos projets de voyage avec votre médecin de famille. Il peut évaluer votre capacité à voyager et vous donner des conseils.

■ Destination

Renseignez-vous sur les règles d'entrée dans le pays de destination en vigueur pour les personnes séropositives. Il existe ici de grandes différences. Prenez connaissance du médecin, de la pharmacie ou de l'hôpital le plus proche, et vérifiez si vos médicaments y sont disponibles en cas d'urgence. Par mesure de précaution, prévoyez des prescriptions internationales en anglais. Gardez en tête que les médicaments portant le même nom dans le pays de destination ne contiennent pas toujours les mêmes principes actifs. Comme les personnes séropositives sont plus susceptibles de tomber malades en vacances que chez elles, il est recommandé de consulter un médecin spécialisé dans les voyages, en particulier s'il s'agit de pays tropicaux et subtropicaux.

■ Infections

Selon le statut immunitaire, différentes précautions sont nécessaires en matière de voyage, de régime alimentaire et de logement. Le risque de tomber malade au cours d'un voyage augmente d'autant plus que le système immunitaire du voyageur est affaibli. Demandez à votre médecin ce que votre trousse à pharmacie doit absolument contenir. Il est néanmoins conseillé

à tout un chacun de se protéger contre les insectes toute la journée et de faire preuve de prudence avec la nourriture de l'étranger.

■ Vaccins

Demandez en temps utile à votre médecin quels sont les vaccins dont vous avez besoin pour la destination choisie et lesquels sont envisageables compte tenu de votre statut immunitaire.

■ 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, prescription comprise. D'une part, parce que les bagages arrivent parfois en retard ou pas du tout et, d'autre part, parce que les voyages peuvent parfois durer plus longtemps que prévu. En outre, la température dans le compartiment à bagages descend en dessous du point de congélation, ce qui peut altérer les médicaments. Certains médicaments sont sensibles à la chaleur, au froid ou à l'humidité. Demandez à votre médecin quels sont ceux qui se conservent le mieux pendant le voyage. 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.

■ Prise de médicaments

Selon votre destination et la durée de votre vol, il peut y avoir un décalage horaire. Par conséquent, planifiez le moment auquel 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.

Soleil

Certains médicaments peuvent entraîner une hypersensibilité au soleil ou aux rayons UV. Vous resterez en sécurité en prévoyant une bonne protection solaire (p. ex. crème, vêtements à manches longues, pantalons longs, chapeau de soleil).

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.

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 confirmant que vous êtes régulièrement dépendant de la prise de médicaments à usage personnel (en anglais)
- Certificat médical pour l'importation de tout médicament dont l'autorisation est requise dans le pays de destination (en anglais)
- Liste des médicaments pris actuellement, avec toutes les notices correspondantes
- Liste de numéros à appeler en cas d'urgence
- Carnet de vaccination
- Carte européenne d'assurance maladie

Informations utiles



Règles d'entrée spécifiques à chaque pays pour les personnes atteintes du VIH



Aide Suisse contre le Sida



Conseils médicaux aux voyageurs
safetravel.ch



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



Conseils aux voyageurs & représentations
(DFAE)



Guide linguistique de santé pour vos vacances

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

www.tcs-mymed.ch