



« Chaque année, de nouvelles voyageuses se lancent dans de petites ou de grandes aventures. Leurs besoins médicaux sont tous uniques, et elles ont besoin de conseils de santé adaptés à leur propre cas, qu'il s'agisse de vaccination, de prévention de maladies ou d'information sur l'arrêt momentané des menstruations. Lors d'une consultation santé voyage complète, des mesures préventives seront appliquées et les craintes et fausses croyances seront abordées et dissipées. »

*D^{re} Dominique Tessier,
MD, CCFP, FCFP,
directrice médicale
des cliniques santé
voyage de Médisis*

Lorsque vous voyagez en Asie, n'hésitez pas à emporter vos propres baguettes : les conditions dans lesquelles on lave la vaisselle ne permettent pas toujours d'éliminer les bactéries.

VOYAGER PENDANT UNE GROSSESSE

Si vous êtes enceinte, consultez votre médecin avant de partir à l'étranger, surtout si vous prenez l'avion. Une échographie serait indiquée pour vérifier que vous n'avez pas une grossesse extra-utérine, qui se produit lorsque l'ovule fécondé se trouve à l'extérieur de l'utérus.

Avant de réserver un billet, vous devriez vous renseigner sur les règlements des lignes aériennes concernant les passagères enceintes. Au Canada, les lignes aériennes autorisent la femme enceinte à voyager jusqu'à la 35^e semaine de grossesse, pourvu qu'elle soit en bonne santé et qu'elle n'ait pas d'antécédents de naissance prématurée. Les règlements pourraient être différents dans d'autres pays. On pourrait vous demander de présenter une lettre de votre médecin indiquant le stade de votre grossesse.

Vérifiez votre police d'assurance voyage pour être certaine que vous serez protégée contre toutes les éventualités. Rares sont celles qui couvrent automatiquement les frais relatifs