

## Demandez l'avis d'un médecin

Vos risques de contracter une maladie en voyage dépendent de plusieurs facteurs : votre âge, votre état vaccinal et de santé actuel, votre itinéraire, la durée et le genre du voyage, les activités prévues (p. ex., contacts avec des animaux, exposition à l'eau douce, contacts sexuels) et les conditions sanitaires locales.

**Informez-vous avant de partir!** Les responsables du Programme de médecine des voyages de Santé Canada recommandent vivement aux voyageurs de se faire faire **une évaluation de risque personnel** dans les 6 à 8 semaines précédant leur départ, en s'adressant à leur médecin ou à une clinique santé-voyage. En se fondant sur les risques pour votre

Il est vivement déconseillé de vous faire percer les oreilles, de vous faire tatouer ou de recevoir un traitement d'acupuncture ou de manucure quand vous êtes en voyage. Des instruments mal stérilisés peuvent transmettre l'hépatite B ou le sida.

Si vous devez absolument recevoir des soins dentaires ou une injection, ou subir un examen interne, communiquez avec l'ambassade ou le consulat du Canada le plus proche. On pourra généralement vous recommander des praticiens locaux compétents.

Vous pourriez aussi adhérer à l'Association internationale pour l'assistance médicale aux voyageurs. Cet organisme offre de l'information sur les vaccinations requises, les conditions sanitaires et climatiques, les maladies tropicales comme le paludisme, l'assainissement des aliments et de l'eau, et peut vous fournir une liste de médecins parlant anglais un peu partout dans le monde et qui ont accepté de soigner des voyageurs.