



Voyagez en toute immunité

L'hépatite A est une infection de l'estomac causée par un virus. Elle est transmise par les aliments et les boissons contaminés.

L'hépatite A est la maladie des voyageurs la plus courante qui se prévient avec un vaccin. Et 20 % des voyageurs contractent cette hépatite.

La Fondation canadienne de la santé recommande de se faire vacciner avant d'aller ailleurs qu'en Amérique du Nord, Europe de l'Ouest, Australie, Nouvelle-Zélande ou au Japon.

Pour votre immunité, contactez votre médecin ou la Fondation canadienne de la s. 1-800-463-0363.

FONDATION
CANADIENNE
DE LA SANTÉ

vacciner contre la méningite. Certains pays exigent un certificat international de vaccination attestant l'immunisation contre la fièvre jaune. Si voulez des précisions à ce sujet, consultez votre médecin, le bureau local de la Société canadienne pour la santé internationale, le service FAXlink du LLCM, au (613) 941-3900, ou le site web du LLCM (<http://www.hwc.ca/hpb/lcdc>).

Commencez les vaccinations **au moins trois mois avant le départ**. Dans certains cas, il faut plusieurs inoculations, avec des périodes d'attente entre les injections.

Vérifiez si **vos vaccinations courantes sont à jour**. Si vous n'avez pas été exposé à certaines maladies dans votre enfance, ou si vous n'avez pas été vacciné contre des maladies comme le tétanos, la diphtérie, la polio, la rougeole, les oreillons et la rubéole, vous risqueriez de les attraper. Tous les adultes devraient se protéger contre le tétanos et la diphtérie en se faisant faire un vaccin de rappel tous les 10 ans.

Si vous voyagez avec un bébé ou de jeunes enfants, vous devrez peut-être les faire vacciner selon un programme accéléré ou un programme spécial. Consultez votre pédiatre, votre médecin de famille ou votre centre médical pour voyageurs.

SIDA

Le VIH/sida frappe tous les pays du monde. Certains pays exigent des voyageurs la preuve qu'ils ont subi un test de dépistage. Passez le test et assurez-vous d'en obtenir les résultats avant votre départ. Pour savoir si le pays où vous comptez vous rendre exige ce genre d'attestation, communiquez avec Santé Canada au (613) 957-8739.

En voyage, prenez exactement les mêmes précautions que chez vous. Les condoms ne seront pas nécessairement faciles à trouver et, même si c'est le cas, ils pourraient ne pas être conformes aux normes de sécurité fixées par l'Organisation mondiale de la santé.

N'oubliez pas que l'usage de drogues intraveineuses n'est pas seulement illégal, il est aussi extrêmement dangereux – surtout si vous partagez une seringue avec quelqu'un d'autre.