

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE À L'ÉTRANGER

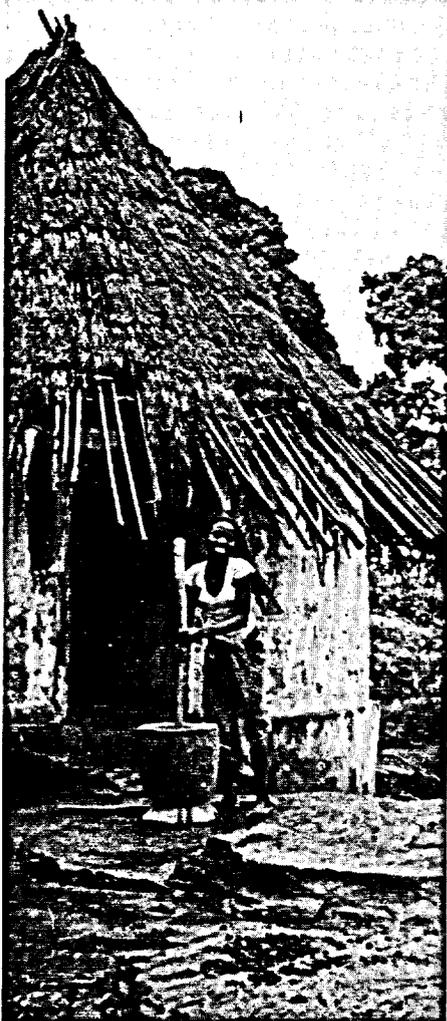
Conditions sanitaires en Afrique tropicale

par le Dr L.L. Palmer

Une expérience inoubliable attend le voyageur qui séjourne pour la première fois en Afrique tropicale — odeurs exotiques, lumière éclatante, chaude humidité, fébrilité presque tangible, foisonnement effréné de plantes, d'insectes, de reptiles, d'animaux de toutes espèces, et, bien sûr, d'humains.

S'ajoute à cela la joie de vivre caractéristique des Africains, qui déteint sur le visiteur et qui elle aussi, fera de son séjour en Afrique une expérience mémorable.

Si ces deux grandes caractéristiques impressionnent à prime abord, elles sont néanmoins indissociables de certaines difficultés. En effet, la faune et la flore, si variées, comportent inévitablement certains risques pour la santé. En plus des maladies qui existent au Canada, mais qui sont beaucoup plus répandues en Afrique, il existe en Afrique tropicale des maladies inconnues chez nous. Et cette joie de vivre, si remarquable par



Fabrication du manioc à Baoundiali (Côte d'Ivoire). Photo Peter Sutherland.

l'étonnante singularité qu'elle donne aux peuples africains, s'accompagne d'une culture qui, pour effervescente et passionnante qu'elle soit, n'est pas facilement comprise des Canadiens et entrave par le fait même leur adaptation.

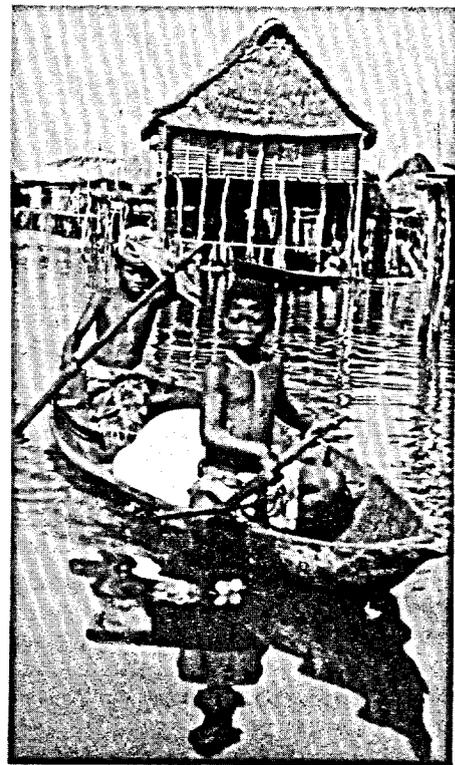
Cependant, nous avons intérêt à ne pas reculer devant les difficultés que présente une nouvelle culture, que ce soit une maladie exotique ou une différence de comportement. Après tout, ceux qui veulent vivre aisément et en toute quiétude n'ont pas leur place au sein du service extérieur. La Floride, avec son climat tempéré et son Disney Land, offre une aventure à la hauteur de leur audace.

En fait, il n'est pas très difficile de rester en bonne santé dans les Tropiques; c'est avant tout une question de bon sens. Au Canada, il existe des professionnels chargés de protéger notre santé. L'inspection des égouts, la vérification de la qualité de l'eau, l'inspection du bétail et de la viande, les programmes d'immunisation obligatoire et la surveillance constante exercée sur la propagation des maladies ne sont que quelques-unes des activités de prévention qui se déroulent presque à notre insu.

En Afrique tropicale, par contre, les services de santé publique ne sont pas aussi efficaces et il nous faut donc prendre certaines précautions. Voici quelques conseils pratiques:

1. Pour s'assurer que l'eau est potable, la faire bouillir ou y ajouter de l'iode ou du chlore.
2. Consommer seulement des légumes cuits, pelés ou trempés dans l'iode.
3. Bien faire cuire la viande afin d'éliminer les parasites.
4. Se protéger contre les piqûres de moustiques.
5. Suivre un traitement préventif antipaludique dans les régions où sévit cette maladie et continuer le traitement pendant les six semaines suivant le départ.
6. Ne pas se baigner dans les lacs d'eau douce et les rivières à débit lent.
7. Se faire immuniser aux dates requises.
8. Comme la circulation présente un risque particulier en Afrique, ne pas conduire en brousse la nuit.

Le ministère de la Santé et du Bien-être social a publié une série de brochures expliquant en détail ces quelques mises en garde qui, si elles sont bien connues, n'en méritent pas moins d'être rappelées aux personnes qui se rendent pour la première fois dans un pays tropical. Ces dernières



Village sur pilotis, Ganvié (Bénin), Afrique occidentale. Photo Peter Sutherland.

auraient d'ailleurs intérêt à se renseigner davantage sur les conditions qui existent dans ces régions et que nous ne pouvons exposer en détail ici, faute d'espace.

J'ai toujours soutenu que, dans un pays étranger, il faut prendre des précautions raisonnables sans tomber dans l'excès qui exclut le plaisir et l'agrément. Pour faire pleinement l'expérience d'un pays étranger, il faut savoir s'amuser. Si vous voyez l'Afrique comme un amalgame de cultures égales, sinon supérieures, à la nôtre, quoique très différentes, et comme le berceau de l'humanité, vous arriverez à mieux la comprendre et l'apprécier. Je ne prétends pas cependant que les affectations en Afrique sont sans difficultés. Au contraire, la plupart des Canadiens trouvent l'adaptation sociale et professionnelle très pénible, mais rétrospectivement, ils en viennent à voir leur passage en Afrique comme une expérience inoubliable.

LOIS DE MURPHY

- N'ayez qu'un marteau pour seul outil, et vous verrez des clous partout.
- Tout prend plus longtemps qu'on pense.
- Vous voulez satisfaire un besoin? Et bien, créez-le!