

Questions de santé

Information fournie par l'Agence de santé publique du Canada

Lorsque vous planifiez un voyage, l'Agence de santé publique du Canada vous recommande vivement d'obtenir des conseils médicaux éclairés avant votre départ. Adressez-vous à une clinique santé-voyage ou à votre médecin dans les **quatre à six semaines précédant votre départ**, pour déterminer quels vaccins et traitements préventifs sont nécessaires et quelles précautions vous pouvez prendre en voyage pour éviter d'être malade.

Vaccinations, traitements préventifs et mesures de protection

Pendant un voyage à l'étranger, vous pourriez être exposé à des maladies infectieuses qui sont peu communes au Canada. Selon votre état de santé, vos antécédents de vaccination et le voyage prévu, un professionnel de la santé pourra évaluer les risques auxquels vous serez exposés et vous indiquer si vous avez besoin de vaccinations spéciales et de traitements préventifs (contre le paludisme p. ex.) et les mesures de protection que vous devriez prendre. Vérifiez si vos vaccinations courantes sont à jour (tétanos, diphtérie, coqueluche, poliomyélite, rougeole, oreillons et rubéole). Par ailleurs, pour entrer dans certains pays, les voyageurs

devront peut-être présenter un certificat prouvant qu'ils ont été vaccinés contre la fièvre jaune.

Il est conseillé de consulter **bien avant la date de départ**, car pour certaines maladies, le traitement préventif ou les injections de vaccin doivent commencer un mois ou deux à l'avance. 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. Vous trouverez une liste de cliniques santé-voyage au Canada dans le site Web du Programme de médecine des voyages de l'Agence de santé publique du Canada, à l'adresse www.santevoyage.gc.ca.

Le sida

Certains pays exigent des voyageurs la preuve qu'ils ont subi un test de dépistage du VIH. Dans ce cas, assurez-vous d'obtenir les résultats du test avant votre départ.

Médicaments

Si vous prenez des médicaments, emportez-en plus qu'il ne vous en faut, au cas où vous resteriez absent plus longtemps que prévu. Emportez également un double de votre ordonnance, indiquant la dénomination commune et le nom commercial de vos médicaments, qui vous servira en cas de perte ou de vol. De même, si vous portez des lunettes ou des lentilles de contact, emportez votre ordonnance afin de pouvoir les remplacer facilement en cas de besoin.



N'essayez pas de gagner de la place dans vos bagages en mettant tous vos médicaments dans la même boîte. Pour éviter tout problème aux douanes, laissez-les dans leur emballage d'origine étiqueté.

Certains médicaments en vente libre au Canada sont interdits dans d'autres pays ou ne se vendent que sur ordonnance. Renseignez-vous pour savoir si la vente des médicaments que vous prenez est autorisée dans le pays où vous allez. Avant de vous rendre dans certains pays, il est également conseillé d'obtenir une note de votre médecin précisant les raisons médicales de votre ordonnance et la dose prescrite.

Si vous utilisez des seringues pour une maladie telle que le diabète, il est important d'en emporter une quantité suffisante. Il vous faut également un certificat médical attestant que ces seringues sont destinées à un usage médical.

Assurance-maladie complémentaire

Ne comptez pas sur votre régime provincial d'assurance-maladie pour régler la note si vous tombez malade ou si vous êtes blessé dans un pays étranger. Au mieux, ce régime couvrira seulement une partie des frais. Il vous incombe de contracter une assurance complémentaire, dont vous devrez bien comprendre les clauses.

Les détenteurs de certaines cartes de crédit bénéficient d'assurances voyage et maladie, mais vous ne devez pas tenir pour acquis que cette couverture vous est automatiquement offerte ou sera suffisante par elle-même. En effet, certaines compagnies vous imposeront une prime additionnelle pour vous fournir une assurance voyage. D'autres exigeront que vous payiez vos arrangements de voyage à l'aide de la carte offrant cette assurance. Il convient de vérifier avant le départ les conditions, restrictions et exigences relatives à ce genre d'assurance.

Vérifiez bien si votre police :

- comprend l'accès à une ligne téléphonique d'urgence que vous pouvez appeler de n'importe où dans le monde si vous êtes en difficulté. Vérifiez si cette ligne fonctionne 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, si les téléphonistes parlent plusieurs langues et si vous pouvez parler à des infirmiers ou à des médecins;