

N'essayez pas de gagner de la place dans vos bagages en mettant tous les médicaments dans une seule boîte. Pour éviter les problèmes, laissez-les dans leur emballage d'origine dûment étiqueté.

Assurez-vous que tous les médicaments dont vous avez besoin sont en vente dans le pays où vous vous rendez. Vérifiez aussi s'ils sont autorisés — certains médicaments en vente libre au Canada sont interdits dans d'autres pays ou ne se vendent que sur ordonnance.

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

Grossesse

Si vous envisagez de vous rendre à l'étranger durant une grossesse, parlez-en à votre médecin. Certaines vaccinations sont peut-être à déconseiller. Vérifiez également soigneusement si vos régimes d'assurance voyage et d'assurance maladie couvrent les complications résultant de la grossesse.

À votre retour

Si vous êtes tombé malade à l'étranger ou à votre retour, consultez immédiatement votre médecin. Vous devez pouvoir lui indiquer en détail tout traitement qui vous a été prescrit en voyage.

Si vous avez de la fièvre ou un genre de grippe à votre retour, consultez votre médecin dès que possible, surtout si vous revenez d'une région où sévit la malaria. Vous pouvez aider votre médecin en lui énumérant les pays visités.

Il est capital de prendre une assurance maladie complémentaire

Ne faites pas l'erreur de vous fier à votre régime provincial d'assurance maladie pour payer la note si vous tombez malade ou que vous soyez blessé dans un pays étranger. Au mieux, ce régime ne couvrira qu'une partie de la note. Il vous incombe de prendre une assurance complémentaire et de bien en comprendre les clauses. Les détenteurs de certaines cartes

de crédit bénéficient d'assurances voyage et maladie, mais vous ne devez pas partir du principe que cette couverture est suffisante par elle-même.

Ne manquez pas de demander si votre police :

- ❖ couvre les frais d'hospitalisation et les frais médicaux connexes encourus à l'étranger et, dans l'affirmative, si le paiement se fait « sur le champ » ou si vous êtes supposé payer et vous faire rembourser ultérieurement;
- ❖ prévoit votre évacuation sanitaire vers le Canada;
- ❖ couvre les frais d'accompagnement pour le retour au Canada (par un médecin/infirmier ou un compagnon de voyage);
- ❖ exclut les maladies et affections préexistantes. Si vous êtes atteint de l'une d'elles, vous devez en aviser votre compagnie d'assurance et lui demander de certifier par écrit que vous êtes couvert. Sinon, votre demande de remboursement pourrait vous être renvoyée comme étant « nulle et non avenue » en vertu de la clause des maladies et affections préexistantes;
- ❖ couvre les naissances prématurées et les soins néonataux qui y sont associés. Votre assurance vous couvre peut-être, mais couvre-t-elle aussi votre bébé né à l'étranger?
- ❖ prévoit des avances de fonds en espèces si l'hôpital n'accepte que cette formule d'acompte;
- ❖ paie pour la mise en bière et le rapatriement de votre dépouille au Canada au cas où vous décéderiez durant le voyage.

Ayez sous la main toutes les précisions concernant vos assurances. Dites également à votre agent de voyage, à un ami ou à un parent au Canada, ainsi qu'à votre compagne ou compagnon de voyage, comment joindre votre assureur.

Procurez-vous une facture détaillée du médecin ou de l'hôpital avant de quitter le pays. Rien n'est plus irritant que d'essayer de réunir tous les papiers à des milliers de kilomètres de distance.