

Aller plus loin sur la vaccination

Pensez à aller voir votre médecin traitant pour obtenir votre ordonnance en avance, pour pouvoir vous vacciner au moins un mois avant votre départ, afin d'être sûr d'être bien immunisé. Conservez votre vaccin au froid après l'avoir acheté !

Si vous n'êtes pas sûr d'être à jour dans votre calendrier vaccinal, parlez-en avec votre pharmacien, qui saura vous conseiller.

En cas de doute sur les vaccinations nécessaires pour votre voyage, n'hésitez pas à consulter le site internet de l'institut Pasteur, qui référence toutes les vaccinations obligatoires et conseillées pour chaque pays !

Pour un conseil personnalisé ou pour vous faire vacciner, vous pouvez vous rendre au Centre de vaccinations et de la médecine du voyage ISBA Lyon :

Tél : 04 72 76 88 66

<http://www.isbasante.com>



J'ai un problème sur place, que faire ?

À l'intérieur de l'Union Européenne, votre carte européenne d'assurance maladie vous assure un remboursement des consultations médicales.

À l'extérieur de l'Union Européenne, contactez votre consulat qui pourra vous mettre en relation avec les instances médicales locales et votre caisse d'assurance maladie

Bonus !

Voici quelques phrases traduites en anglais pour pouvoir vous débrouiller !

- Où est le plus proche cabinet médical/hôpital ?
→ Where is the nearest practice/hospital
- Je dois parler au pharmacien à propos de mon ordonnance
→ I need to speak to the pharmacist about my prescription

Bon voyage !

Pharmacie Rullier
67 Grande Rue, 38510 Morestel
04 74 80 02 33
www.pharmacie-rullier.fr

Février 2020

Voyage à l'étranger

Précautions et conseils



Pharmacie Rullier
67 Grande Rue, 38510 Morestel
04 74 80 02 33
www.pharmacie-rullier.fr

La trousse de secours

Le minimum vital pour parer à toute éventualité ! Nous recommandons :

| | |
|--|-------------------------------------|
| | <input checked="" type="checkbox"/> |
| De la crème de type Osmosoft, en cas de brûlures ou coups de soleil | <input type="checkbox"/> |
| Un désinfectant et quelques pansements, en cas de coupures ou de petites plaies | <input type="checkbox"/> |
| Une crème anti-démangeaisons, en cas de piqûre de moustiques ou autres nuisibles | <input type="checkbox"/> |
| Un médicament antalgique et antipyrétique de type Paracétamol en cas de douleurs ou fièvre | <input type="checkbox"/> |
| Un laxatif en cas de constipation ou bien un ralentisseur de transit en cas de diarrhées | <input type="checkbox"/> |
| Du petit matériel est également toujours utile : petits ciseaux, thermomètre, strips... | <input type="checkbox"/> |
| Le traitement chronique de chacun | <input type="checkbox"/> |

Une visite chez votre médecin traitant

En effet, il vous assurera que vous êtes en bonne santé et apte à vous déplacer. Il vous fera une ordonnance pour une vaccination éventuelle. En cas de traitement chronique, pensez également à estimer la durée de votre voyage, le médecin pourra vous faire une ordonnance pour obtenir éventuellement la délivrance en une fois de vos médicaments après avoir obtenu l'accord de la sécurité sociale, ou bien renouveler le traitement sur place.

Pensez à votre famille !

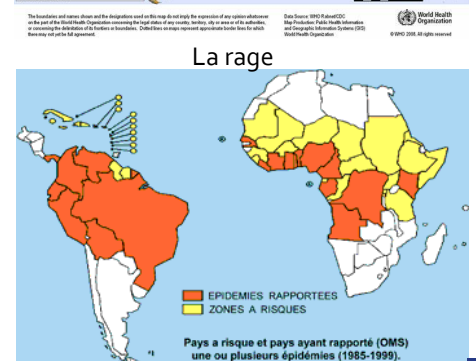
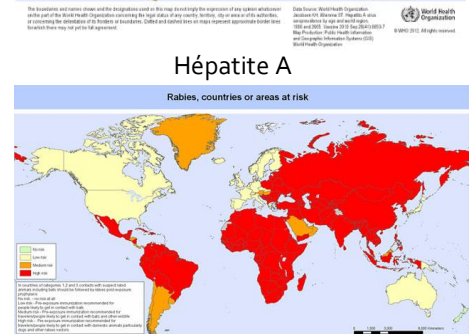
Vérifiez bien que toute votre famille est assurée à l'étranger. Si vous voyagez en Europe, emportez une carte européenne d'assurance maladie, qui vous permettra de ne pas payer vos soins sur place. Emmenez également les carnets de santé de vos enfants.

Adoptez les bons comportements !

Lorsque vous voyagez, surtout en zone tropicale, votre métabolisme n'est pas habitué au nouvel environnement que vous visitez. Adoptez donc un comportement qui vous fera éviter les risques inutiles. Ne marchez pas pieds nus. Evitez de vous baigner dans de l'eau sauvage même si elle semble propre. Ne caressez pas les animaux. Adaptez progressivement votre métabolisme à la nourriture locale.

Précautions de vaccination

Chaque pays possède ses propres normes de vaccination. De plus, il est important de se protéger contre une éventuelle épidémie locale. Il est donc nécessaire d'avoir son calendrier vaccinal à jour, mais également de prévoir dans quel pays vous vous rendez et de vous renseigner sur les précautions à adopter. Les plus courantes sont :



La fièvre jaune