

La mission de **GlaxoSmithKline** est d'améliorer la qualité de la vie pour que chaque être humain soit plus actif, se sente mieux et vive plus longtemps



GlaxoSmithKline

# *Dossier Santé*

## Les maladies des voyageurs

### *Sommaire*

- L'hépatite A
- La diarrhée des voyageurs
- La fièvre typhoïde
- La poliomyélite
- Le choléra
- Le paludisme
- La trypanosomiase africaine
- La fièvre jaune
- Le syndrome respiratoire aigu sévère (SRAS)
- Pour en savoir plus
- Testez vos connaissances (quizz)

Un séjour sous les tropiques, ça se prépare ! Beaucoup de maladies contractées dans ces pays sont transmises par des insectes ou l'alimentation. Elles peuvent donc être évitées en respectant certaines règles hygiéno-diététiques ou en se protégeant des piqûres d'insectes. Par ailleurs, il existe des vaccins pour ne pas attraper certaines maladies, comme la fièvre jaune, l'hépatite A, la fièvre typhoïde ou la poliomyélite.

### • L'hépatite A

#### Définition

Surnommée "maladie des mains sales", l'hépatite A est due à un virus à ARN. Ce dernier peut demeurer plusieurs semaines à l'air ambiant et plusieurs mois dans l'eau. La maladie est due au péril fécal : elle se contracte en consommant des aliments ou de l'eau souillés par les selles d'un sujet infecté.

#### Symptômes

Chez l'adulte, la maladie débute par une fièvre. Puis, une jaunisse apparaît : le teint du malade vire au jaune, ses urines deviennent foncées, ses selles sont décolorées. Il se sent fatigué. Les formes inapparentes sont fréquentes chez l'enfant. L'hépatite A ne se chronicise jamais, mais guérit le plus souvent, sans séquelle. Même bénigne, cette maladie peut néanmoins entraîner une fatigue intense durant des mois. Par ailleurs, le patient peut contaminer son entourage à son retour de voyage par contact avec des objets souillés. Le risque de survenue d'une hépatite fulminante est exceptionnel (1 cas sur 1000)<sup>1</sup>. Cette forme grave peut conduire au décès.

#### Traitement

Pas de traitement curatif. Il faut se reposer, supprimer les repas riches en graisses, l'alcool...

#### Prévention

Respect des règles hygiéno-diététiques (voir encadré). Par ailleurs, il existe un vaccin contre l'hépatite A qui confère une protection d'au moins 10 ans. Avant de procéder à la vaccination, on doit réaliser une recherche des anticorps (anti VHA) afin de s'assurer qu'on n'a pas déjà contracté le virus de l'hépatite A. Si on détecte la présence d'anticorps, la vaccination est alors inutile.

#### Zones d'endémie

Maladie cosmopolite, particulièrement fréquente dans les zones inter-tropicales où l'hygiène est précaire et où il existe des zones d'endémie.

### • La diarrhée des voyageurs

#### Définition

Egalement appelée turista, elle atteint chaque année près de la moitié des personnes séjournant en zone tropicale<sup>2</sup>. On contracte cette maladie en consommant des aliments infestés par des germes. Les germes responsables sont en majorité des bactéries (notamment *Escherichia coli*), plus rarement des virus ou des parasites. Outre les agents infectieux, d'autres facteurs comme le stress, le décalage horaire, le changement d'habitudes alimentaires ou encore une maladie antérieure de l'intestin sont susceptibles d'entraîner une turista.

#### Symptômes

La diarrhée survient le plus souvent dans les cinq premiers jours du voyage. Elle s'accompagne parfois de nausées, de douleurs abdominales et de maux de tête. Il s'agit d'un épisode diarrhéique aigu bénin néanmoins, on estime que dans un cas sur cinq, la maladie entraîne un alitement de quelques jours<sup>3</sup>.

#### Traitement

Il est symptomatique : médicaments anti-infectieux intestinaux si la diarrhée est abondante, anti-vomitifs en cas de vomissements, médicaments qui ralentissent le transit intestinal, mais aussi antibiotiques en cas de troubles plus sévères et dus à des bactéries. Avant tout, boire beaucoup d'eau afin d'éviter tout risque de déshydratation.

#### Prévention

Mesures hygiéno-diététiques (voir encadré), souvent résumées par la formule "boil it, cook it, peel it, or forget it", ce qui signifie qu'il faut faire bouillir les aliments, les cuire, les peler ou les oublier ! Ne pas oublier les mesures hygiéniques élémentaires (ex : lavage des mains avant et après les repas).

#### Zones d'endémie

Essentiellement les régions inter-tropicales

1 - La Santé des voyageurs, Pr Eric Caumes, (Flammarion)

2 - Les Maladies du voyageur, Pr Patrice Bourée, (Michel Servet)

3 - Les Hépatites et leurs virus, Denis Ouzan, (Ellipses)

### • La fièvre typhoïde<sup>4</sup>

#### Définition

La fièvre typhoïde est une maladie bactérienne strictement humaine. Elle est provoquée par des salmonelles. Si *Salmonella typhi* est présent partout dans le monde, la maladie est en revanche à l'état endémique dans les pays les plus pauvres, où l'hygiène est précaire. La contamination se fait par l'alimentation : ingestion d'aliments (notamment de crudités) ou d'eau infestés par les salmonelles. Les mouches peuvent également déposer les germes sur les aliments.

#### Symptômes

Le malade est fiévreux (40°C), fatigué ; il est sujet à des maux de tête. Il souffre aussi de troubles digestifs : douleurs abdominales, nausées et diarrhées. Sans traitement, la maladie évolue vers des troubles neurologiques rares et cardiaques graves.

#### Traitement

La fièvre typhoïde se traite par des antibiotiques (pénicillines, quinolones) dont le choix varie selon les régions du monde (eu égard aux résistances aux antibiotiques)

#### Prévention

Mesures hygiéno-diététiques (voir encadré). Il existe aussi un vaccin (une seule injection) qui protège de la typhoïde (mais pas des paratyphoïdes A et B, des maladies plus rares) durant 3 ans.

#### Zones d'endémie

La vaccination est nécessaire lors d'un séjour en zone intertropicale dans des conditions d'hygiène précaire.

### • La poliomyélite<sup>4</sup>

#### Définition

Cette maladie infectieuse aiguë est due à un virus, le poliovirus, qui appartient au groupe des entérovirus. Elle se transmet par voie féco-orale (ingestion d'aliments contaminés) ou par des postillons émis lors de toux ou d'éternuements. Ce virus s'attaque au système digestif, mais dans un cas sur 100, il atteint aussi le système nerveux, notamment certaines cellules de la moelle épinière.

#### Symptômes

Lorsque le système nerveux est touché, le malade souffre de paralysies, et d'atrophies musculaires souvent irréversibles. L'évolution est très rapide. L'atteinte des muscles respiratoires nécessite une assistance respiratoire permanente et s'avère parfois fatale. La maladie affecte surtout les jeunes enfants.

#### Traitement

Le traitement curatif est symptomatique.

#### Prévention

Obligatoire en France, la vaccination contre la poliomyélite est efficace dans près de 100% des cas. Elle est souvent associée à la vaccination antidiphthérique et antitétanique (vaccin DT-polio). Un rappel doit être effectué tous les dix ans. Les voyageurs ayant dépassé ce délai doivent faire une seule injection de rappel avec un vaccin un peu plus dosé que pour la vaccination initiale.

#### Zones d'endémie

La maladie est exceptionnelle dans les pays à haut niveau de vie. En revanche, le poliovirus circule encore dans les pays en développement. Six pays d'Afrique et d'Asie sont particulièrement touchés : le Nigéria, l'Inde, le Pakistan, le Niger, l'Afghanistan et l'Égypte (source OMS).

Vous pouvez consulter le site [www.chu-rouen.fr/cap/polio.html](http://www.chu-rouen.fr/cap/polio.html).

### • Le choléra<sup>4</sup>

#### Définition

Le choléra sévit essentiellement dans les zones rurales des pays pauvres, aux mauvaises conditions d'hygiène. Cette maladie est due au vibron cholérique, une bactérie en forme de virgule. La contamination se fait en ingérant de l'eau ou des crudités infestées par le vibron ou par contact direct avec une personne infectée (même si elle ne présente aucun symptôme). Les épidémies de choléra sont meurtrières car la maladie est hautement contagieuse.

#### Symptômes

Le malade souffre d'abondantes diarrhées (aqueuses et grumeleuses) et de vomissements qui entraînent rapi-

4 - E.Pilly, 1996

dement un état de déshydratation. L'évolution est fatale dans 1 cas sur 2 en l'absence de traitement.

### Prévention

Elle repose essentiellement sur des règles d'hygiène des mains, des aliments et de l'eau. En cas de voyage impératif dans une région du monde où sévit une épidémie, une prophylaxie médicamenteuse peut être prescrite (antibiothérapie par sulfamides retard). La vaccination anticholérique n'est efficace que dans 60% des cas.

### Conseils hygiéno-diététiques

Pour prévenir les maladies qui se transmettent par l'alimentation (hépatite A, typhoïde, poliomyélite, choléra, diarrhée des voyageurs), vous devez respecter certaines règles. D'abord, ne buvez que de l'eau en bouteille capsulée, filtrée ou encore bouillie, pelez fruits et légumes consommés crus et veillez à bien cuire les autres aliments. N'oubliez pas de vous laver les dents à l'eau minérale. Vous éviterez aussi la consommation de viandes saignantes, de fruits de mer, de glaces et de glaçons. Se laver les mains avant et après les repas. Enfin, il importe de stocker la nourriture sous abri.

### Traitement

Lorsque le choléra est déclaré, le seul traitement consiste à réhydrater le patient, soit par voie orale soit par perfusion. Le malade doit être isolé et ses excréments désinfectés par la chaux et suivre un traitement antibiotique (cyclines, quinolones).

### Zones d'endémie

Quelques foyers endémiques subsistent dans les pays du Tiers-Monde (bidonvilles des grandes cités, populations déplacées en Inde, Amérique du Sud et Afrique).

## • Le paludisme

### Définition

Le paludisme est provoqué par un parasite appelé *Plasmodium* et transmis par un moustique femelle, l'anophèle. Il existe plusieurs espèces de parasites, le plus dangereux étant *Plasmodium falciparum*, responsable des accès graves de paludisme. Cette maladie entraîne 2 millions de morts par an à travers le monde, dont un million d'enfants de moins de cinq ans<sup>5</sup>. L'Afrique paie

le plus lourd tribut à la maladie.

### Symptômes

Le délai d'apparition des symptômes varie d'une semaine à quelques mois, selon l'espèce incriminée. Les premiers signes cliniques sont un état grippal avec fièvre, mal de tête et embarras gastrique. En l'absence de traitement, le malade évolue vers des accès de fièvre rythmée un jour sur deux ou sur trois selon l'espèce de parasite. Si la crise est due à *P. falciparum*, la maladie évolue parfois rapidement vers l'accès pernicieux dont l'issue peut être fatale.

### Traitement

Les principaux antipaludéens sont la chloroquine, la méfloquine, la doxycycline, et les associations chloroquine-proguanil et atovaquone-proguanil. Les modalités du traitement curatif varient selon la région visitée et le traitement prophylactique (quand il existe). Problème majeur : les résistances aux médicaments, de plus en plus nombreuses.

### Prévention

Il existe une chimioprévention (médicaments à prendre avant le départ, durant le séjour et de 1 à 4 semaines après le retour – selon la chimioprophylaxie utilisée et adaptée à la zone d'endémie) qui doit de toute façon être associée aux mesures anti-moustiques. Mesures contre les piqûres d'insecte (encadré).

### Zones d'endémie

Essentiellement les zones inter-tropicales (surtout l'Afrique). L'OMS a défini 3 zones d'endémie selon la chimiorésistance au paludisme (Zone 1 : pas de résistance ; zone 2 : résistance à la chloroquine ; zone 3 : résistance à la chloroquine élevée et multi-résistance).

*Pour en savoir plus, vous pouvez consulter notre dossier paludisme*

5 - Aide-mémoire de parasitologie et de pathologie tropicale, Patrice Bourée, (Flammarion)

## • La trypanosomiase africaine

### Définition

Communément appelée " maladie du sommeil ", cette maladie est due à un parasite, le trypanosome, qui est transporté par la glossine ou mouche tsé-tsé. Elle atteint surtout les populations rurales, qui vivent dans des maisons traditionnelles, sans moustiquaire. Il existe deux sortes de trypanosomes africains : l'une due au *Trypanosoma gambiense*, qui sévit en Afrique de l'Ouest et l'autre provoquée par le *Trypanosoma rhodesiense* qui sévit en Afrique de l'Est. Très attirée par le bleu-roi, la mouche tsé-tsé fréquente surtout la brousse, notamment les galeries forestières des cours d'eau et des réserves d'eau douce.

### Symptômes

La maladie évolue en deux phases : la phase dite lymphatico-sanguine (fièvre, foie volumineux, ganglions au niveau du cou...) et la phase de polarisation cérébrale (tremblements, troubles de l'équilibre, envie profonde de sommeil...). En l'absence de traitement, le patient dépérit, sombre dans le coma et décède en quelques mois (quelques semaines pour la trypanosome d'Afrique de l'Est, d'évolution plus rapide).

### Traitement

Quelques médicaments existent mais présentent de nombreux effets secondaires graves. Sans traitement l'issue de la maladie est toujours fatale.

### Prévention

Mesures contre les piqûres d'insectes (encadré). Au

#### La trypanosomiase américaine, la maladie des bidonvilles

La trypanosomiase américaine (ou maladie de Chagas) fait surtout des ravages dans les bidonvilles d'Amérique centrale et du Sud. Le parasite est véhiculé par de grosses punaises. Durant la phase chronique, le malade présente des troubles du rythme cardiaque et une augmentation de taille des organes digestifs. Dans ces pays très pauvres, la maladie se transmet beaucoup par les dons du sang (rémunérés). A moins d'effectuer un séjour parmi la population locale et de dormir à même le sol, le risque de contracter cette maladie est quasi-nul pour le touriste lambda.

niveau collectif, il existe des pièges à mouches tsé-tsé (pièges biconiques de couleur bleu roi).

### Zones d'endémie

Principalement l'Afrique centrale et l'Afrique de l'Est (Gabon, Ouganda, Congo...).

## • La fièvre jaune

### Définition

La fièvre jaune est provoquée par le virus amaril, qui se transmet par la piqûre d'un moustique femelle (*Aedes*). La maladie sévit beaucoup en forêt tropicale. Outre les moustiques, les singes sont également un réservoir du

#### Se protéger des piqûres d'insectes

La fièvre jaune, les trypanosomes et le paludisme se contractent via des piqûres d'insectes. Voici quelques conseils de base pour se protéger : la nuit, dormez dans une pièce climatisée et/ou sous une moustiquaire imprégnée d'insecticide. Utilisez des diffuseurs électriques. Le jour, portez des vêtements couvrants imprégnés d'un produit répulsif pour éloigner les insectes. Sans oublier d'appliquer ces mêmes produits sur les zones découvertes pour éloigner les insectes.

virus. L'homme est contaminé par la piqûre d'un moustique qui avait préalablement piqué un animal (ou un homme) porteur du virus.

### Symptômes

La maladie est le plus souvent asymptomatique. Parfois, on note une fièvre, une congestion de la face. Quatre jours plus tard, survient une période d'accalmie de quelques heures. Puis, les symptômes initiaux réapparaissent associés à des hémorragies (saignements de nez et des gencives, sang dans les urines...). Le malade présente aussi des signes cliniques d'hépatite (teint jaune). Les complications sont essentiellement dues aux hémorragies et à l'insuffisance rénale. La maladie évolue vers le décès en quelques jours.

### Traitement

Il n'existe aucun traitement spécifique de la fièvre jaune. Un traitement symptomatique est administré au malade dans une unité de réanimation.

## Prévention

On recommande des mesures contre les piqûres d'insectes et la vaccination. La vaccination est obligatoire pour tout séjour dans une zone intertropicale d'Afrique et d'Amérique du Sud. Elle protège de la fièvre jaune pendant dix ans. Elle doit être effectuée dans des centres habilités.

## Zones d'endémie

Afrique noire (au Sud du Sahara et au Nord du Kalahari) et Amérique du Sud (zones situées au Sud du canal de Panama).

## • Le syndrome respiratoire aigu sévère (SRAS)

### Définition

Le SRAS est une maladie infectieuse très contagieuse, d'apparition récente et initialement découverte en Asie du sud-est. Il est dû à un virus de type Coronavirus. L'épidémie de pneumonie atypique a entraîné la mort d'environ 800 personnes dans le monde fin 2002 et début 2003 (surtout en Chine et à Hong-Kong)<sup>6</sup>. Quelques cas de SRAS ont par ailleurs été signalés en Chine au printemps 2004. L'épidémie semble aujourd'hui sous contrôle. La transmission de cette maladie se fait par contact étroit avec une personne malade (via les postillons des éternuements ou d'une toux).

### Symptômes

Le malade présente d'abord de la fièvre, des douleurs musculaires et une toux sèche qui disparaissent rapidement. Puis, la fièvre réapparaît quelques jours plus tard, s'accompagnant de diarrhées et d'une aggravation des symptômes initiaux. En cas d'évolution pernicieuse, le patient souffre de troubles respiratoires nécessitant une ventilation assistée. Les patients qui décèdent sont victimes d'un syndrome de détresse respiratoire aigu avec lésions alvéolaires multiples.

### Traitement

On prescrit généralement une association de médicaments antiviraux et de corticoïdes. Pour limiter la transmission du virus, on isole le malade au moins 10 jours après la résolution de la fièvre et de la symptomatologie respiratoire.

## Prévention

En cas de séjour dans une zone infectée, il est essentiel de respecter les recommandations des autorités sanitaires du pays. Il faut aussi être attentif à d'éventuels symptômes (température élevée, apparition d'une toux, d'une gêne respiratoire, d'un essoufflement) dans les dix jours suivant le retour.

## Zones d'endémie

Consulter le site [www.france.diplomatie.fr](http://www.france.diplomatie.fr) ou [www.who.int](http://www.who.int)

## • Pour en savoir plus

### Sources

- 1. La Santé des voyageurs, Pr Eric Caumes, (Flammarion)
- 2. Les Maladies du voyageur, Pr Patrice Bourée, (Michel Servet)
- 3. Les Hépatites et leurs virus, Denis Ouzan, (Ellipses)
- 4. E.Pilly, 1996
- 5. Aide-mémoire de parasitologie et de pathologie tropicale, Patrice Bourée, (Flammarion)
- 6. SRAS, Pr François Bricaire, Dr Philippe Bossi, Dr Jean-Philippe Grivois, (L'Archipel)
- 7. [www.msf.fr](http://www.msf.fr)
- 8. BEH n°26/27, 2004

### Quelques sites pour en savoir plus

- Ministère de la Santé et de la protection Sociale <http://www.sante.gouv.fr/html/pointsur/voyageurs/index.htm>
- CDC : <http://www.cdc.gov/travel>

Christine Angiolini

Remerciements au Dr Luc Paris, du Département des Maladies Infectieuses, Parasitaires, Tropicales et de Santé Publique du groupe Hospitalier Pitié-Salpêtrière.

6 - SRAS, Pr François Bricaire, Dr Philippe Bossi, Dr Jean-Philippe Grivois, (L'Archipel)

## • Testez vos connaissances

1°) Fièvre jaune, hépatite A et B, fièvre typhoïde, méningite à méningocoque, rage, encéphalite japonaise, encéphalite à tiques, tétanos, diphtérie et poliomyélite sont des maladies spécifiques des voyageurs.

Vraix       Faux

2°) L'hépatite A se transmet par consommation d'eau ou d'aliments souillés, mais aussi par contact avec des personnes infectées.

Vraix       Faux

3°) Maux de tête et troubles digestifs (diarrhées et vomissements) constituent les seuls symptômes de la fièvre typhoïde.

Vraix       Faux

4°) Les vaccins ne sont à faire qu'une semaine avant un départ.

Vraix       Faux

5°) La diphtérie se manifeste par une angine grave évoluant parfois vers une obstruction des voies respiratoires, des troubles cardiaques, voire une paralysie.

Vraix       Faux

6°) La poliomyélite a été éradiquée partout dans le monde.

Vraix       Faux

7°) Le paludisme se transmet par un moustique femelle, l'anophèle.

Vraix       Faux

8°) La vaccination contre la fièvre jaune est obligatoire dans certains pays.

Vraix       Faux

9°) La turista atteint la moitié des personnes séjournant sous les tropiques.

Vraix       Faux

10°) Le SRAS n'entraîne pas de fièvre.

Vraix       Faux

Réponses :  
1°/ Vrai, 2°/ Vrai, 3°/ Faux, 4°/ Faux, 5°/ Vrai, 6°/ Faux, 7°/ Vrai, 8°/ Vrai,  
9°/ Vrai, 10°/ Faux