

## → La vaccination

Le projet d'un voyage est l'occasion de faire le point sur les vaccinations obligatoires et recommandées en France : la diphtérie, le tétanos, la poliomyélite (DTP), la coqueluche, la rougeole.

Il est recommandé de se faire vacciner selon les risques sanitaires du pays de destination.

Des vaccins sont même exigés pour l'entrée dans certains pays, par exemple le vaccin contre la fièvre jaune pour un voyage dans une zone intertropicale d'Afrique ou d'Amérique du Sud. Le vaccin contre l'hépatite A est fortement recommandé pour tout séjour dans un pays à bas niveau sanitaire.

**Important**

**La vaccination ne protège qu'au minimum 10 jours d'après l'injection, il faut donc anticiper !**

Certains vaccins répondent à un calendrier bien précis. Il faut penser à les programmer en prenant rendez-vous dans un centre de vaccination spécialisé.

**Strasbourg :**  
Hôpitaux Universitaires de Strasbourg  
Centre de vaccinations internationales  
1, place de l'Hôpital 67000 Strasbourg

**Mulhouse :**  
Centre hospitalier général Émile-Muller  
Service hépato-gastro-entérologie et  
médecine tropicale  
20, avenue du Dr René Laennec 68100  
Mulhouse

## → Pour en savoir plus...

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr)

> chapitre conseils aux voyageurs

[www.pasteur.fr](http://www.pasteur.fr)

> recommandations sanitaires par pays

[www.invs.sante.fr](http://www.invs.sante.fr)

> BEH – Bulletin épidémiologique hebdomadaire  
> recommandations sanitaires pour les voyageurs

Découvrez nos autres brochures et nos newsletters sur notre site !

<https://www.apst68.fr>



Scannez-moi !

**APST68**  
Alsace Prévention Santé Travail



Brochure de prévention

Salariés  
en mission  
à l'étranger

Même à l'étranger, il faut se protéger !

Les missions à l'étranger présentent des risques pour la santé selon l'état sanitaire du salarié et du pays dans lequel il se rend.

À ces risques peuvent s'ajouter ceux qui sont liés aux transports (avion, bateau..), aux activités professionnelles, au contexte géopolitique et à l'isolement psychique lié à l'éloignement du domicile et du cadre de vie habituel.

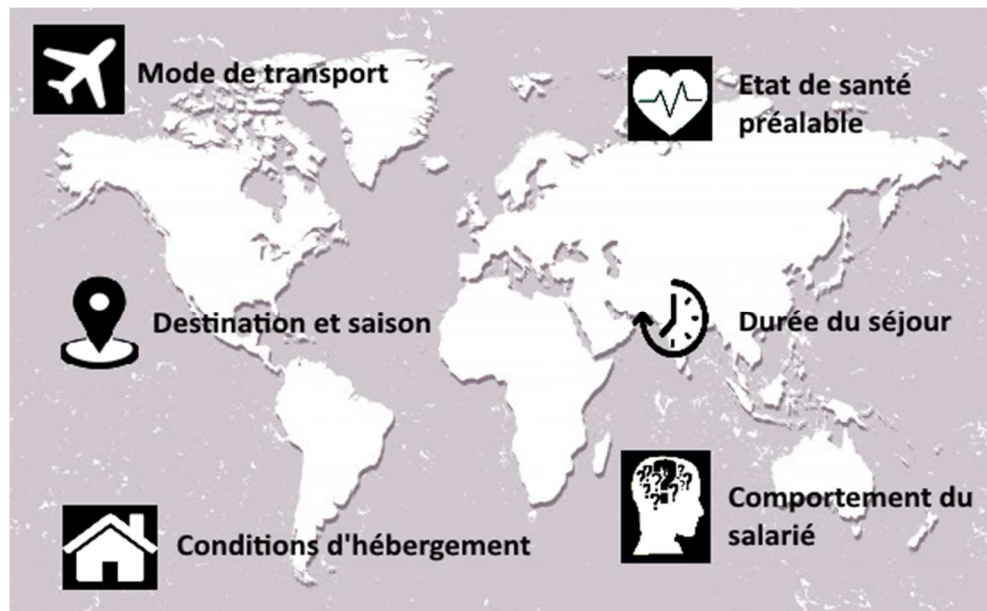
Retrouvez dans cette brochure les différentes mesures de prévention pour réduire ces risques



Ne pas jeter sur la voie publique (article L.541-10-1 du Code de l'Environnement)

V.2023-01

## → Les principaux facteurs de risques



## → Contenu d'une pharmacie de voyage

### Contenu premier secours

- Médicaments antalgique et anti-fièvre
- Antiseptique en dosettes
- Compresses stériles - sparadrap - pansements
- Paire de ciseaux - pince à écharde
- Sérum physiologique en dosettes
- Thermomètre frontal



### Et selon la destination...

- Répulsifs anti-moustiques
- Moustiquaire imprégnée
- Médicament anti-diarhéeique
  - Médicament anti-spasmodique lycoc
- Médicament anti-paludéen
  - Matériel stérile pour perfuser, injecter et recoudre
- Produit pour désinfecter l'eau
- Solution hydro-alcoolique

## Quelques conseils de prévention

### → Avant le départ

- Dès la destination connue, consultez votre médecin traitant sur la prescription nécessaire.
- Mettez à jour vos vaccinations et vérifiez les vaccins utiles pour votre voyage. Les risques réels encourus varient selon votre état de santé, la situation sanitaire du pays visité, les conditions et la durée de votre séjour.
- Procurez-vous les documents suivants :
  - ⇒ la Carte européenne d'assurance maladie auprès de la CPAM,
  - ⇒ ou un formulaire d'accord pour la couverture maladie hors Europe S9203,
  - ⇒ les coordonnées de votre assurance rapatriement.
  - ⇒ Sécurisez vos documents (photocopies, clé USB...).



### → Pendant le voyage en avion

- Marchez ou faites des mouvements de jambes.
- Portez des chaussettes ou des bas de contention.
- Évitez l'alcool et buvez de l'eau.



### → Pendant le séjour et en fonction de la destination

- Protégez votre peau contre le soleil, le froid et les intempéries (crème, lunettes, chapeau)
- Protégez-vous contre les piqûres d'insectes : produits répulsifs, vêtements clairs en coton, fermés aux poignets et aux chevilles.
- Évitez de vous baigner dans les eaux non contrôlées.
- N'utilisez que de l'eau potable (eau capsulée ou désinfectée par ébullition ou par comprimé).
- Lavez-vous les mains fréquemment.
- Pelez les fruits et consommez vos légumes cuits.
- Évitez de consommer glaçons, glaces artisanales, jus de fruits frais.
- En pays chaud, buvez abondamment.
- Dormez sous une moustiquaire imprégnée de produits anti-moustiques.
- Emportez vos équipements de protection individuelle (chaussures de sécurité, bouchons,...)



### → Au retour

- Consultez un médecin en cas de problème en l'informant du pays de séjour.
- Continuez et terminez votre prophylaxie anti-paludéenne.