

Les Conseils du Docteur Anne Brunet Apithy

LES TRAITEMENTS DU PALUDISME AU BENIN

(pour les expatriés ou les membres de la diaspora en vacances)

D'ABORD LA PROPHYLAXIE

Le BENIN est en zone rouge c'est-à-dire que 99% du parasite est le FALCIPARUM MORTEL et que l'anophèle pique toute l'année.

Donc le sujet vierge qui arrive sans immunité doit se protéger. (seulement pendant les 3 premiers mois d'un séjour prolongé.

1°) LA MALARONE : C'est le meilleur mais le plus cher ; 40 000 CFA la boîte de 12 comprimés (# 60 euro) et il faut un comprimé par jour pendant tout le séjour et pendant une semaine après le retour, existe en forme enfant.

2°) LA MEFLOQUINE ou LARIAM a beaucoup de contrindications (psychologique neurologiques et psychiatriques) est très bien supportée par les enfants. C'est un comprimé seulement par semaine pendant le séjour et un mois après le retour.

3°) LA DOXYCYCLINE est de la famille des antibiotiques à large spectre et ne permet pas d'exposition au soleil. C'est un comprimé par jour pendant le séjour et 1 mois après le retour. Contreindiquée chez la femme enceinte.

4°) ENFIN LA SAVARINE reste parfois la seule possible (grossesse, contreindication décelées pour les autres par le médecin à consulter absolument avant le départ)

LE TRAITEMENT

- Ambulatoire
- C'est-à-dire pour un paludisme pris tôt avant que la gravité ne nécessite une hospitalisation pour des perfusions de quinine.
- Envisagé avant que des signes graves n'apparaissent tels que vomissements, hypoglycémie ou précoma et ne vous empêchent de prendre les comprimés
- Permettant même de continuer sa vie normale et travailler tout en prenant son traitement ; actuellement le meilleur est une association d'artémisinine et de lufantrine : COARTEM comprimés LUMET comprimés, ou alors MALARONE en curatif 4 comprimés par



jour, 3 jours et il faut toujours en avoir chez soi et dans sa poche en avion et l'emmenner en voyage, car le paludisme après un séjour au BENIN peut vous attaquer lors de votre retour.

Existe en sirop pour les enfants.

LA SANTE DU MEMBRE DE LA DIASPORA QUI VIENT FAIRE UN SEJOUR AU BENIN.

Cet article du Dr APITHY Médecin correspondant d'AIR France à COTONOU est destiné aux voyageurs se rendant au pays. Il aborde les problèmes de santé spécifiques au séjour en zone tropicale ainsi qu'au voyage.

D'ABORD LE VOYAGE EN AVION :

ATTENTION AU BARO TRAUMATISME dû aux changements de pression dans votre oreille (au décollage et à l'atterrissage.) Il faut donc bailler mastiquer déglutir ; et mâcher du chewing gum ou pincer le nez tout en fermant la bouche et expirant brutalement. Si vous êtes avec un bébé, il faut le faire téter où lui donner son biberon ou sa tétine.

ATTENTION AU "JET LAG" munissez vous de « bas aux chaussettes de contention » pour éviter le gonflement des pieds et l'impossibilité à remettre vos chaussures à l'arrivée. Pratiquez les mouvements de gymnastique prescrits par l'hôtesse et bougez... Ne restez pas assis pendant tout le voyage ... Les risques d'embolies et thromboses sont encore plus fréquents pour les personnes, âgées, en surpoids ou obèses ou simplement immobilisés par de l'arthrose....

Pour prévenir tous ces accidents il faut boire abondamment pendant le voyage et surtout de l'eau : éviter les alcools.

Il faut être à jour pour les vaccins suivants :

- 1°) Fièvre jaune
- 2°) Tetanos
- 3°) Méningite A, C, W135,Y
- 4°) Typhoïde
- 5°) Hépatite A ET B
- 6°) Rage (si contact avec des animaux).

PUIS LE SEJOUR



Il faut absolument prendre une assurance rapatriement sanitaire (EUROPE ASSISTANCE, AXA, MONDIALE ASSISTANCE, ALLIANZ).

Les conditions d'hygiène et de sécurité ne sont pas celles auxquelles vous êtes habitués en Europe.

LE PALUDISME : après un séjour de 2 ans, hors du pays vous avez perdu votre immunité contre le paludisme. Il faut donc prendre une bonne prophylaxie pendant tout le séjour et un certain temps après le retour qui dépend du médicament, cela doit être discuté avant le départ avec votre médecin (contre-indication à certains).

LE MEILLEUR :

LA MALARONE : un comprimé par jour pendant tout le séjour et une semaine après le retour. Très cher : une boîte de 12 comprimés # 60 euro # 40 000 CFA. Et non remboursée par la sécurité sociale.

Ou encore la MEFLOQUINE un comprimé par semaine (LARIAM) mais il y a beaucoup de contre-indication, ou la DOXYCYCLINE un comprimé par jour où même la savarine.

Conseil pour les voyageurs à risque

Ce qu'il faut savoir c'est qu'il y a souvent des séjours plus prolongés que prévus (raison familiales, annulations de vol, petite maladie contractée au moment du retour) et qu'il faut prévoir une quantité de médicament plus grande que pour le séjour normal (prévoir 15 jours de traitement en plus)

Penser que vos médicaments ne sont le plus souvent pas disponibles dans les pharmacies au pays.

Les sujets cardiaques, diabétiques Hépatiques et séro positifs doivent emmener une réserve de leurs propres médicaments et le contact de leur médecin habituel.

ENFIN POR DES VACANCES sans problème de santé :

Ce qu'il faut avoir dans sa pharmacie familiale : (de préférence à acheter sur place à cause des restrictions de transport en avion)

-du paracétamol

-un anti diarrhéique, anti émétique et anti spasmodiques (diarrhées fréquente)

-une pommade anti allergique après piqûre de moustique

-des antis eptiques et des pansements adhésifs, car sous les tropiques toute altération ou plaie doit être couvert.



Penser à protéger vos yeux. Les lunettes de soleil qui protègent aussi de la poussière (attention aux lentilles cornéennes en pays chauds et humides. N'oubliez pas les produits de rinçage oculaire et larmes physiologiques.

Dr ANNE BRUNET APITHY

Médecin correspondant AIR France à COTONOU CONSEILLERE ELUE des Français à l'étranger.

