

Conduire

Si vous voyagez hors Europe, consultez les **fiches pays du ministère des affaires étrangères** avant votre départ.

Selon le pays, en plus de votre permis de conduire, vous pouvez avoir besoin d'un **permis de conduire international ou d'une autorisation temporaire de conduire**.

Vous protéger

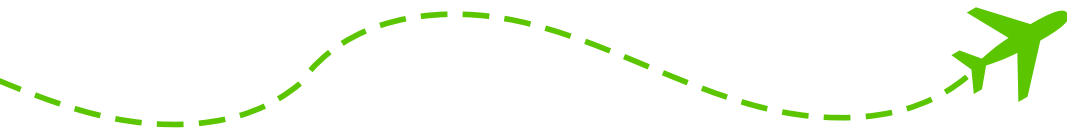
Vérifiez la couverture de votre assurance à l'étranger

Demandez à votre entreprise les règles de sécurité inhérentes à votre activité professionnelle dans le pays où vous vous rendez.


Au retour

Inscrivez-vous sur le site Ariane :
www.diplomatie.gouv.fr/ariane afin de recevoir les alertes et consignes de sécurité.


Consultez votre médecin de traitant en cas de fièvre dans les mois qui suivent votre retour.



RESTEZ INFORMÉ(E)

 02 47 37 66 76

 www.apst37.fr

 APST37 Service de Prévention et de Santé au Travail d'Indre-et-Loire

Pour plus d'informations et un souhait d'accompagnement, n'hésitez pas à nous solliciter.

Septembre 2024 - Service Communication APST37 - Droits réservés



DÉPLACEMENTS À L'ÉTRANGER

Ne rappez que des bons souvenirs

Les risques pour la santé lors d'un voyage sont très variables et dépendent entre autres :

- du pays de destination
- de la nature et de la durée du déplacement
- des conditions de séjours



LES RISQUES



Les moustiques : leurs piqûres vous exposent au Paludisme et autres infections.

Dormez sous une moustiquaire imprégnée d'insecticide ; lors de sortie nocturne, utilisez des vêtements couvrants de couleur claire et un répulsif.



L'eau : de boisson et de baignade, peuvent être des réserves de bactéries et de virus (cholera...).

Utilisez des bouteilles d'eau capsulées, évitez les glaçons. Evitez de vous baigner en eau douce. Faites attention lors du lavage de dents.



La nourriture : peut être contaminée par de nombreux germes (salmonelle, parasites...).

Lavez-vous bien les mains avant chaque repas, utilisez un gel hydro alcoolique, évitez les crudités, privilégiez les aliments cuits (viande, poisson).



Les animaux : risque de morsure et de rage.

N'approchez pas et ne caressez pas les animaux.

PRÉVENTION

Le paludisme : transmis par une piqûre de moustique, il peut être mortel.

Protégez-vous des piqûres, consultez votre médecin afin d'envisager un traitement préventif.

L'hépatite A : maladie virale transmise par l'eau et les aliments contaminés (coquillages, fruits et légumes crus) qui atteint le foie.

Respectez les règles d'hygiène alimentaire, faites-vous vacciner.

L'hépatite B : maladie virale transmise par le sang et voie sexuelle. Très contagieuse, elle évolue dans 10% des cas vers une forme chronique pouvant aboutir à une cirrhose ou un cancer.

Le vaccin est efficace et peut se pratiquer en même temps que celui de l'hépatite A, 3 injections vous protègent à vie.

Le sida : endémique dans le sud de l'Afrique.

La fièvre jaune : transmise par certaines espèces de moustique, c'est une maladie qui peut être mortelle.

Un vaccin existe selon votre destination, délivré par les centres de vaccination agréés, une seule injection suffit dans la plupart des cas.

La diphtérie : se manifeste par une angine, elle peut être mortelle chez le sujet non vacciné. Le risque est présent dans les zones tropicales et subtropicales et dans l'ex-URSS.

Le vaccin DTP vous protège et doit être renouvelé à 25, 45 et 65 ans.



Pour vous protéger efficacement, vous devez consulter votre médecin ou un centre spécialisé en conseils aux voyageurs suffisamment tôt avant votre départ pour :

- mettre à jour la vaccination Tétanos, Poliomyélite, Diphtérie
- réaliser les vaccinations spécifiques en fonction de votre lieu de séjour
- se faire prescrire un traitement préventif contre le paludisme en cas de séjour dans une zone à risque
- se faire prescrire vos traitements habituels en quantité suffisante
- se faire prescrire les traitements utiles au cours de votre voyage (anti diarrhéiques...)

Pour plus d'informations selon le pays de destination, consultez le site : <https://www.pasteur.fr/fr/centre-medical/preparer-son-voyage>

Et n'oubliez pas une assurance voyage et rapatriement, des lunettes et une crème solaire, des préservatifs, des bas de contention...