



# MISSIONS à L'ÉTRANGER

Le salarié en mission à l'étranger est sous la subordination de l'employeur. Il est donc soumis aux règles du Code du Travail.

Tout accident ou maladie survenant pendant sa mission doit être déclaré au titre d'accident du travail.

Ne pas oublier les formalités administratives entre votre entreprise et la CPAM.





## Y AVEZ-VOUS PENSÉ ?

Si vous êtes atteint d'une pathologie, il est nécessaire de consulter avant le départ votre médecin traitant ou spécialiste pour évaluer votre état de santé.

Il est recommandé de faire le point sur les vaccinations et traitement contre le paludisme. N'oubliez pas votre carnet de vaccinations, votre carte de groupe sanguin, une photocopie d'ordonnance si vous prenez un traitement.

Ayez à disposition vos médicaments pendant le transport.

Si cela est nécessaire, consultez votre dentiste avant le départ et interrogez votre employeur sur l'assurance rapatriement.



## MIEUX VAUT PRÉVENIR !

### ● SI VOUS ÊTES ALLERGIQUE OU ASTHMATIQUE

- Discutez avec votre médecin de l'indication dans la trousse d'urgence de traitement antiasthmatique, corticoïdes, adrénaline ou autre...
- Prévoir de l'écran total, un répulsif, une moustiquaire.
- En cas de piqûre d'insecte : restez calme, repérez l'insecte et essayez d'enlever le dard avec une pince. En cas de réaction (gonflement du visage, malaise, essoufflement,...) appelez un médecin.
- Appelez le 112 (numéro d'urgence européen).

### ● SI VOUS ÊTES HYPERTENDU OU CORONARIEN

- Consultez avant le départ votre cardiologue si vous voyagez en pays chaud.
- Avis médical pour interactions entre traitement antihypertenseur et antipaludéen.

### ● SI VOUS ÊTES DIABÉTIQUE

- Consultez avant votre diabétologue pour contrôler vos connaissances sur l'adaptation dans l'injection d'insuline et le décalage horaire, la conservation de l'insuline, le traitement des infections, etc....
- Avoir un certificat médical autorisant le transport des médicaments et seringues.
- Toujours avoir sucres et collations pour le voyage, en cas d'hypoglycémie.

### ● SI PROBLÈMES VEINEUX

- Les transports aériens de longue durée favorisent les phlébites.
- Il est nécessaire de bien boire, d'éviter de croiser les jambes, de mobiliser pieds et jambes et de porter des vêtements amples.
- En cas de varices, prévoir des bas de contention.
- Antécédents de phlébite : avis spécialisé nécessaire.

### ● SI PRISE DE CONTRACEPTIFS ORAUX

Adaptez les prises en fonction du décalage horaire, voire avis d'un gynécologue.

### ● SI VOUS ÊTES ENCEINTE

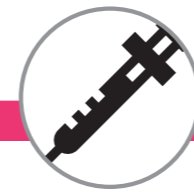
- Évitez au 1er trimestre et dernier trimestre les transports aériens.
- Certains vaccins sont contre-indiqués.
- Le paludisme est plus grave : un avis médical spécialisé est indispensable. Il est déconseillé de se rendre en zone de résistance au traitement.



## TROUSSE MÉDICALE

### ● DISPOSER D'UN MATÉRIEL DE SOINS :

- Compresses, pansements, ciseaux, pince à épiler, désinfectant.
- Thermomètre incassable.
- Désinfectant pour l'eau.
- Gel hydro alcoolique.
- Dosettes de sérum physiologique unidose.
- Écran total, lunettes de soleil (attention : la crème solaire diminue l'efficacité des répulsifs et réciproquement).
- Répulsif anti-moustique, moustiquaire.
- Traitement antidouleur (paracétamol), antispasmodique, anti-diarrhéique, anti-démangeaison, pommade antiseptique, anti-brûlure.
- Éviter les suppositoires, les sirops: ils ne se conservent pas à la chaleur.
- Éviter l'aspirine (contre indiqué si Dengue).



## VACCINATIONS

- Mettre ou remettre à jour les vaccinations indispensables : DT polio.
- Penser à se faire vacciner contre l'hépatite A, fièvre typhoïde, hépatite B.
- Selon les pays : méningite, fièvre jaune, choléra, ...
- Pour les séjours en Asie, se renseigner pour l'encéphalite japonaise (demander la prise en charge 3 mois avant le départ car commande spécifique du vaccin, multi-injections).



## CONTACTS TÉLÉPHONIQUES

- Institut Pasteur, Lille vaccinations tél. 03 20 87 79 80. [www.pasteur-lille.fr](http://www.pasteur-lille.fr)
- L'application Métis de l'Institut Pasteur de Lille : <http://www.pasteur-lille.fr/vaccinations-voyages>
- Hôpital Dron, Tourcoing tél. 03 20 69 46 14/Poste 4664
- Site du ministère des Affaires Etrangères : [www.france.diplomatie.fr](http://www.france.diplomatie.fr)

Chacun doit surveiller son état de santé au retour de mission et consulter un médecin en cas de fièvre ou autres symptômes (articulaires, digestifs...)

L'évaluation des risques liés au déplacement à l'étranger doit être effectuée avant chaque départ surtout en cas de pathologie générale.

La prise en charge médicale peut regrouper l'avis du médecin du travail, du médecin traitant, du spécialiste. Le travail de mission reste sous la responsabilité de l'employeur.



## LES MALADIES INFECTIEUSES



### ● PALUDISME (CLASSÉ 2A CIRC)

1<sup>ère</sup> cause de mortalité infectieuse, due à la **piqûre de moustique**, il sévit en **zone chaude**, en particulier entre 22h et 4h du matin. Entraîne **fièvre, maux de tête, troubles digestifs, douleurs musculaires, parfois méningite et décès...** Avant le départ, consulter les services spécialisés (Institut Pasteur de Lille ou Service des voyageurs à Tourcoing), pour indication d'un **traitement préventif** ou curatif, durée du traitement, interactions médicamenteuses éventuelles, si grossesse.

Lutte contre les moustiques par moustiquaire et vêtements imprégnés de répulsifs, crèmes (visage, corps), couvrir les jambes, les bras et protéger le cou le soir. Au retour, ne pas négliger la poursuite de la prise d'antipaludéen (8 jours à 1 mois selon le traitement).

### ● DIARRHÉES

Il est important de consommer de l'**eau minérale encapsulée ou désinfectée ou bouillie 20 minutes**. Respecter les **règles d'hygiène** (lavage des mains, des aliments). Éviter de manger des aliments crus, cuits consommés froids, eau locale, glaces, glaçons, peler les fruits et légumes, faire bouillir le lait, éviter les crustacés, les plats réchauffés, ...).

En cas de diarrhée : traitement symptomatique et en cas de fièvre ou de sang dans les selles, consulter un médecin. **Bien boire de l'eau minérale et l'utiliser pour le lavage des dents. Éviter les fibres, les laitages et préférer le riz et les carottes.**

### ● FIÈVRE TYPHOÏDE

Les pays de faible niveau d'hygiène. Vaccin existe.

### ● PARASITES

Éviter de laisser sécher le linge à l'extérieur et de le poser sur le sol. Ne pas marcher pieds nus sur les plages ni s'allonger à même le sable. **Porter des chaussures fermées, ne pas se baigner en eau douce.** Consulter rapidement un médecin en cas de griffure ou morsure d'animal.

### ● PRÉVENTION CONTRE LES SERPENTS ET SCORPIONS...

Secouer les habits et chaussures. Porter des pantalons et frapper le sol en marchant. **Si morsure : rester calme pour éviter la dissémination du venin vers le cœur.** Jamais de garrot ni d'aspiration. Consulter un médecin.

### ● DENGUE (ARBOVIROSE)

Transmise par les moustiques qui piquent la journée et tôt le soir. Signes de **fièvre, douleurs, hémorragies...** Il n'y a pas de vaccin : mesures préventives contre les piqûres de moustiques. Sévit plutôt en **hémisphère Sud** (notamment Caraïbes, continent latino-américain mais aussi continent asiatique, Vietnam).

Contre-indication du traitement par aspirine.

### ● MALADIE DE LYME (BACTÉRIE BORRÉLIA BURGDORFÉRI)

Par morsure de tique infectée.

Existe en **Europe**. Rougeur localisée (érythème migrant). En l'absence de traitement : complications neurologiques, articulaires, etc...

**Prévention** : bottes, pantalon, pince à écharde ou tire tique (retrait la 1<sup>ère</sup> heure), désinfectant. Pas de vaccin. Inspection soigneuse du corps en fin de journée. Surveillance de la zone de morsure dans les semaines qui suivent. Tableau 19B des maladies professionnelles.

### ● ENCÉPHALITE À TIQUES (VIRUS TYPE FLAVIVIRIDAE, ARBOVIROSE)

Par morsure de tique infectée.

En **Europe centrale** et **pays de l'Est**. Symptômes : **syndrome grippal, troubles neuro psychologiques, méningite.** Mêmes consignes préventives que ci-dessus. Un vaccin existe.

### ● FIÈVRE JAUNE (ARBOVIROSE)

Afrique du 15<sup>ème</sup> parallèle Nord au 10<sup>ème</sup> Sud, **Amérique du Sud**, essentiellement **bassin amazonien - Bolivie, Brésil, Colombie, Équateur et Pérou**, les plus touchés. Océanie et Asie épargnés - 30000 décès annuels.

Virus transmis par moustique. Incubation 3 à 6 jours, fièvre élevée, céphalées puis complications hépato rénales, hémorragiques et neurologiques.

**Vaccin indispensable pour séjours dans les zones à risque.** Un seul vaccin sans rappel.

En cas de grossesse : vaccin contre-indiqué sauf si risque infectieux élevé, conseil spécialiste.

### ● MÉNINGITE (NEISSERIA MÉNINGITIDIS A, C, X, W135)

**Transmission interhumaine d'origine bactérienne.**

**Afrique Noire** (Burkina Faso, Tchad, Niger, Nigéria, Ghana...). Vaccin tétravalent.

### ● GRIPPE AVIAIRE (SOUCHE VIRALE H5N1)

**Asie, Egypte. Syndrome respiratoire viral avec fièvre et toux et/ou trouble respiratoire.** Lié au virus influenza H5N1 transmis par les sécrétions respiratoires ou fientes provenant de volailles ou oiseaux atteints. Incubation de l'homme de 2 à 8 jours puis syndrome grippal jusqu'à l'atteinte pulmonaire. **Prévention** :

1. Éviter tout contact avec volailles vivantes ou mortes (non cuites).

2. **Se laver les mains souvent.**

3. Consommer des aliments très cuits

4. La **vaccination antigrippale saisonnière** est conseillée afin d'éviter la mutation chez l'homme.

Au retour d'un pays touché (liste INVS [Institut National de Sécurité Sanitaire]) : si contact + fièvre > 38°C dans les 10 jours + toux, essoufflement, courbatures : appel du 15 (www.inpes.sante.fr)

Contacts : 0 825 302 302 ou www.grippeaviaire.gouv.fr

### ● GRIPPE AVIAIRE (VIRUS H7N9) DEPUIS 2013

Exposition à des volailles vivantes, crues ou mortes (non cuites) - **Chine** - symptômes respiratoires, pseudo grippal.

**Prévention** : Surveillance au retour de Chine pendant 10 jours.

Si cas possible appel du 15 et isolement du cas suspect.

Mesures barrière d'hygiène manuportées et respiratoires.

### ● CHIKUNGUNYA (ARBOVIROSE)

**Zone tropicale.** Maladie avec **fièvre, douleurs articulaires, maux de tête, transmise par le moustique** « Aedes Albopictus ».

Protection contre les piqûres de moustiques (idem que paludisme, dengue).

### ● ENCÉPHALITE JAPONAISE (ARBOVIROSE)

**Infection par moustique.** Sévit en **zone rurale** (rizières) au **Japon, Corée, Inde, Sud Est asiatique**, etc... Vaccin en centre agréé.

### ● N'OUBLIEZ PAS LES MST ET LE SIDA.

### ● CORONAVIRUS MERS CoV (MOYEN ORIENT DEPUIS 2012)

SD respiratoire viral, fièvre, toux - transmission par animaux (chameaux en particulier).

Surveillance au retour de pays défini à risque : 14 jours, voire isolement si cas suspect.

Une transmission interhumaine serait possible (OMS).

Mesures barrière d'hygiène manuportées et respiratoires.

Appel du 15 si cas possible.

### ● VIRUS ZIKA ( ARBOVIRUS TYPE FLAVIVIRIDAE ) -

Vecteur = **moustique jaune aedes.**

Émergence en **Amérique centrale et sud.**

SD viral, **fièvre, maux de tête, douleurs musculaires, fatigue...** avec risques de complication neurologique et d'anomalie fœtale.

**Prévention** : Protection anti moustique jour et nuit.

Vêtements couvrants et produits répulsifs sur la peau et les vêtements, moustiquaires imprégnées...

Forte vigilance pour les femmes enceintes et discussion avec le médecin traitant.

Lutte vectorielle.

NB : « ce document est une plaquette d'informations. Elle revêt une fonction à la fois pédagogique et scientifique. Pour autant, elle ne peut être exhaustive et ne saurait être utilisée dans le cadre d'une action en responsabilité quelle qu'elle soit »

Auteurs :

Dr Chantal Mille, Sylvie Richier.

Conception :

Groupe de travail Information/Communication/Qualité  
MED/EN/006 : mise à jour mai 2016.



Siège social :

Centre Vauban - 199/201 rue Colbert - Bâtiment Douai  
CS 71365 - 59014 LILLE Cedex  
Tél. 03 20 12 83 00 - Fax 03 20 78 25 89