



# la fiche conseil

## le paludisme



**Chaque année en Suisse, on recense près de 250 cas de paludisme. Des pistes pour se prémunir de cette maladie parasitaire parfois mortelle.**

### Comment le corps réagit

Le paludisme – ou malaria – est une maladie parasitaire transmise par des moustiques de la famille des anophèles, présents dans des régions tropicales et subtropicales. Ces moustiques, qui piquent le soir et la nuit, transmettent un parasite dont on recense cinq espèces, dont la plus dangereuse est potentiellement mortelle. A noter que l'OMS considère la malaria comme une maladie de première importance en santé publique. En effet, selon cet organisme, alors que 210 millions de personnes sont touchées, environ 435 000 en meurent chaque année, majoritairement en Afrique mais également en Asie, Amérique centrale et du Sud, sans oublier certaines îles du Pacifique.

Fièvre supérieure à 38 °C, frissons, maux de tête, douleurs musculaires voire toux, nausées, vomissements et diarrhées... Les symptômes de la maladie apparaissent au minimum six jours après la piqûre infectante, parfois plusieurs années après. Or, il est impératif de prendre conscience du danger: il s'agit d'une urgence médicale qui nécessite un traitement médicamenteux immédiat. Sans traitement, l'infection peut évoluer très rapidement et engendrer une atteinte du cerveau susceptible de mener à des convulsions, le coma et la mort. On se rappellera que chez la femme enceinte, le paludisme augmente le risque de fausse couche ainsi que de décès maternel et du fœtus. Chez l'enfant, l'évolution de la maladie peut s'avérer très rapidement sévère, voire mortelle.

### Ce que vous pouvez faire vous-même

- Renseignez-vous sur les zones à risques ([www.safetravel.ch](http://www.safetravel.ch)).
- Rendez-vous au moins six semaines avant le départ en voyage chez votre médecin traitant ou dans un centre de médecine tropicale afin que vous soyez prescrits des médicaments antipaludiques (en prévention et/ou en cas de crise).
- Demandez à votre pharmacien de contrôler votre carnet de vaccination et de vous aider à préparer votre pharmacie de voyage.
- Sur place, protégez-vous des piqûres de moustiques: vêtements couvrants, imprégnés d'un insecticide et resserrés aux poignets comme aux chevilles, produit répulsif efficace.
- Attention, chez la femme enceinte et le petit enfant, l'utilisation d'un répulsif est problématique: demandez impérativement conseil.
- Dormez dans une chambre protégée par des stores moustiquaires, climatisée ou pourvue d'une moustiquaire imprégnée d'insecticide. Diffusez un insecticide aérien (par prise électrique, tortillon fumigène de qualité...)

### Le conseil plus

Si vous suivez un traitement médicamenteux à même d'affaiblir votre système immunitaire, demandez conseil à votre pharmacien ou votre médecin avant de vous rendre dans une zone à risque. Au retour d'un voyage tropical, en cas de fièvre, rendez-vous sans délai chez votre médecin ou aux urgences: jusqu'à preuve du contraire, c'est signe de paludisme.

Ne pratiquez pas d'automédication sans le conseil de votre pharmacien !

Consultez [www.pharmacieplus.ch](http://www.pharmacieplus.ch) et retrouvez toutes les spécialités des pharmacieplus.

