

Table des matières

Introduction :	1
1. Qu'est-ce que la trousse à pharmacie de voyage ?	4
1.1. Les sources officielles, leurs points communs et leurs différences	4
1.1.1. Définition de la trousse à pharmacie et sources officielles choisies	4
1.1.2. Grille de lecture pour la comparaison des sources officielles	7
1.1.3. Discussion - Grands points communs et variations majeures entre les sources officielles	22
1.1.4. Notation	25
1.2. Les sites non officiels, commerciaux ou marchands	27
1.2.1. La méthode de choix des sources non officielles	28
1.2.2. Les sites non officiels choisis et leur analyse	32
1.2.3. Conclusions et comparaison par rapport aux sources officielles	48
2. Conception de la trousse à pharmacie	53
2.1. Le cas général	53
2.2. L'accès au médicament	56
2.2.1. Le problème de la contrefaçon [40]	56
2.2.2. L'accès au médicament à l'étranger	58
2.2.3. Obtention de la Carte Européenne d'Assurance Maladie	58
2.2.4. Assurance santé et rapatriement de l'étranger	59
2.2.5. Procédure de la délivrance, en France, de plus de un mois de traitement en vue d'un voyage supérieur à un mois	60
2.3. Les cas particuliers et leur traitement chronique	60
2.3.1. Transport aérien et médicaments	60
2.3.2. Transport de médicaments stupéfiants détenus dans le cadre d'un traitement médical	61
2.3.3. Le voyageur séropositif au VIH	65
2.3.4. Le voyageur diabétique	67
2.3.5. Le voyageur insuffisant rénal, dialysé ou transplanté	73
2.3.6. Le voyageur traité par un antivitamine K (AVK)	75
2.4. Fiche à destination du voyageur	78
Conclusion :	80
Bibliographie :	82
Annexes :	87

Table des Figures :

Figure 1 Pourcentage des français partant en vacances de 1964 à 2004.....	2
Figure 2 Long séjours et nuités des français à l'étranger par continent à l'été 2007	2

Table des Tableaux :

Tableau 1 : Notations des sources officielles	27
Tableau 2 : Classement des sources officielles	27
Tableau 3 : Nombre de pages générées sur Google® en fonction de la requête réalisée.....	30
Tableau 4 : Sites sélectionnés pour la suite de notre étude et notes obtenues.	31
Tableau 5 : Notation des sites commerciaux	52
Tableau 6 : Classement des sites commerciaux.....	52

Introduction :

Le 7 juin 1936, les accords de Matignon furent signés, ils entérinèrent l'instauration des congés payés en France par le Front populaire. Il faut dire que la France a longtemps été en retard en cette matière par rapport à ses voisins. En effet, entre 1900 et 1930, de nombreux pays instaurent les congés payés. C'est le cas de l'Allemagne, de la Norvège, de la Pologne ou encore du Chili et du Brésil.[1] A l'origine, la durée de ces congés a été fixée en France à quinze jours, mais leur durée ne cessa d'augmenter au cours du XXème siècle, passant en 1956 à 3 semaines, puis à 4 en 1969 et finalement à 5 en 1982. Quelques inégalités existent en Europe, où le nombre de jour de congés payés varie de 28 pour le Royaume-Uni, à 20, pour l'Italie, l'Allemagne ou encore les Pays-Bas [2]. Quoiqu'il en soit, les européens sont plutôt bien lotis par rapport aux québécois par exemple qui n'ont officiellement que deux semaines de congés payés auxquels peuvent s'ajouter des congés non rémunérés et aux américains qui n'ont officiellement aucun jour de congés payés même si certaines compagnies en octroient parfois à leurs salariés.[3]

Si nous revenons en France, dès l'été 1936, les français partent en vacances, le tourisme et ses infrastructures se développent et ils n'ont fait que progresser depuis ces 80 dernières années. Chaque année depuis 40 ans entre 1964 et 2004, les français ont toujours été plus nombreux à partir en vacances [figure 1]. En 1964, ils n'étaient que 43%, alors qu'en 2004 ils étaient presque 65% [4] et 75% en 2012. [5] Il semblerait que depuis quelques années, avec la crise économique, le taux de départ en vacances diminue un peu, ou tout du moins que les français partent pour moins longtemps. Pendant cette même période de 40 ans, les séjours à l'étranger sont passés de 12% à 19% des séjours [4], ils représentaient 23% en 2006. [6] En 2012, les voyageurs partant à l'étranger représentaient 11% des voyageurs français cette année [5]. Pour la majorité d'entre eux, les séjours à l'étranger se font en Europe, mais près d'un tiers se font dans d'autres continents [Figure 2]. Selon les continents, les durées de séjour vont en moyenne de 9,6 jours pour les séjours en Europe, à 14 jours pour les séjours en Amérique et en Asie. [4]

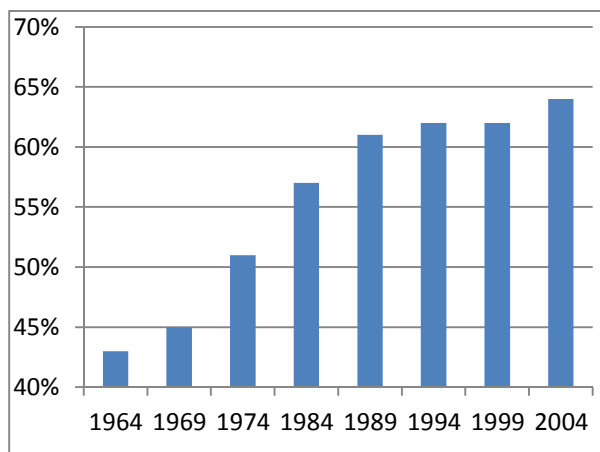


Figure 1 Pourcentage des français partant en vacances de 1964 à 2004

Source : Insee, enquêtes de Conjoncture auprès des ménages 1964-1994, enquêtes Permanentes sur les conditions de vie 1996-2004.

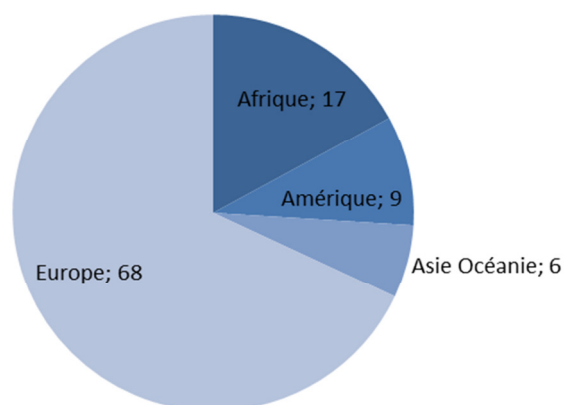


Figure 2 Long séjours et nuités des français à l'étranger par continent à l'été 2007

Source : SDT – Eté 2007, direction du tourisme ; TNS-Sofres.

Cette tendance française à voir toujours plus de touristes partir en vacances se confirme au niveau mondial où de fortes augmentations sont aussi observées. En effet, en 2013, ce sont presque 1,1 milliard de personnes qui ont sillonné la planète avec une évolution équivalente sur tous les continents sauf au Moyen-Orient miné par les conflits. [7] Ce chiffre devrait atteindre 1,6 milliard en 2020.[8]Le tourisme a représenté en 2012, 9% du PIB mondial.[9] [10]

Cette augmentation considérable des voyages et des voyageurs depuis ces dernières années, en particulier à l'étranger, dans un environnement et un mode de vie très éloignés de ceux vécus quotidiennement, favorise la dissémination de nombreuses maladies infectieuses et multiplie les risques de blessures. Les voyageurs sont fréquemment victimes de problèmes de santé pendant leurs vacances. Le taux de voyageurs malades en vacances varie, selon les enquêtes, de 15 à 70%. 5 à 10% des voyageurs ont consulté un médecin pendant leur voyage ou à leur retour [11] et 5 pour 1000 ont été hospitalisés. [12]

Même si les pathologies sont variables en fonction des zones visitées et de la saison où a lieu le voyage, on peut établir une hiérarchisation et c'est la diarrhée du voyageur qui arrive en tête des maladies de voyage, suivie par les infections ORL, les dermatoses, la fièvre, les accidents, le mal des transports, le mal de l'altitude, et les morsures animales.[12][13]

Dans ce contexte, il conviendrait donc que les voyageurs prennent conseil avant leur départ afin qu'ils se renseignent sur les problématiques sanitaires particulières de leur destination, les éventuels risques encourus et les précautions à prendre. Malheureusement, il semblerait que ce ne soit pas la norme. A titre d'exemple, une étude de Van Herck et coll. en 2004 démontrait que seuls 52% des voyageurs avait pris un avis médical avant leur départ. Outre ce conseil médical, il conviendrait aussi que les voyageurs prennent le plus grand soin à constituer leur trousse à pharmacie afin de pouvoir répondre rapidement et facilement à d'éventuels désagréments de santé au cours de leur voyage.

C'est précisément ce point particulier que nous nous proposons d'aborder dans cet écrit. Dans un premier temps, nous nous intéresserons aux principales sources officielles existantes en France, en Europe et dans le monde. Nous analyserons les conseils qu'elles fournissent et les différentes listes d'incontournables qu'elles proposent. Pour chacune d'entre elles, nous comparerons et discuterons leur contenu et la hiérarchie qu'elles donnent aux différents constituants de la trousse. Enfin nous tenterons d'en tirer une « liste consensus », qui constituera notre point de départ pour la suite de cette étude.

Dans un deuxième temps, nous essaierons de nous fier aux sources accessibles le plus facilement par le voyageur lambda. Par exemple, les sources accessibles sur internet suite à une recherche ciblée sur un moteur de recherche ou sur des sites censés être spécialisés. Nous nous intéresserons à ces contenus non officiels mais pourtant beaucoup plus simplement accessibles par les non-initiés et les comparerons aux sources officielles.

Nous nous intéresserons ensuite à la conception de la trousse à pharmacie, en abordant notamment les sujets de l'accès aux médicaments et de la conception de la trousse à pharmacie de quelques cas particuliers de voyageurs.

1. Qu'est-ce que la trousse à pharmacie de voyage ?

Cette première partie a pour but de faire un état des lieux sur les informations qui existent au sujet de la trousse à pharmacie de voyage que ce soit auprès des instances officielles ou à travers d'autres sources. Nous nous questionnerons particulièrement sur l'accès à l'information donnée par ces sources et sur les différences qu'elles présentent en ce qui concerne leur contenu. Dans un premier temps, nous nous intéresserons aux sources officielles émanant de quelques pays du monde. Après avoir donné quelques définitions et avoir présenté ces différentes sources, nous les confronterons et comparerons. Dans un deuxième temps, nous évaluerons les sources non officielles et les comparerons aux sources présentées dans notre première partie.

1.1. Les sources officielles, leurs points communs et leurs différences

1.1.1. Définition de la trousse à pharmacie et sources officielles choisies

La première source choisie est l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) qui est une organisation spécialisée de l'ONU pour la santé publique créée en 1948. Elle a pour but, selon sa constitution, d'amener tous les êtres humains de la planète à un niveau de santé le plus élevé possible. Etant donné sa portée internationale et le fait qu'elle s'adresse à tous les habitants de la planète, nous avons choisi de la considérer comme notre référence pendant cet écrit.

L'OMS publie régulièrement (généralement tous les 2 ans) un ouvrage nommé « Voyages Internationaux et Santé » et qui regroupe les recommandations de cet organisme pour les voyages internationaux. Il s'adresse principalement aux professionnels de la santé, mais aussi aux voyagistes et aux voyageurs désireux de s'informer. C'est cet ouvrage (Edition 2012) que nous avons choisi de citer pour décrire ce que devrait être la trousse à pharmacie de voyage :

« La pharmacie [de voyage] doit comprendre des médicaments de base contre les maux courants, des articles de premiers secours et tout autre article médical dont pourrait avoir besoin l'intéressé et qu'il peut utiliser dans certains cas, comme des seringues et des aiguilles (afin de réduire les risques d'exposition aux virus véhiculés par le sang). »

De la même manière, pour les informations et recommandations concernant cette trousse à pharmacie de voyage, nous prendrons comme source de référence la liste préconisée dans ce même ouvrage. Ce sont ces informations qui constitueront notre base à laquelle nous comparerons toutes les autres informations provenant des autres sources choisies.

En France, la source officielle est l'Institut de veille sanitaire (InVS). Cet institut est une agence sanitaire française créée par arrêté ministériel le 1^{er} juillet 1998 et qui réunit les missions d'observation, de surveillance, de vigilance et d'alerte dans tous les domaines de la santé publique. Son champ d'action va des risques d'origine professionnelle, aux maladies infectieuses en passant par les effets de l'environnement sur la santé ou les risques internationaux et tropicaux. L'InVS publie de nombreux rapports scientifiques ainsi que des bulletins d'information tels que le BEH (Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire). Le BEH, émis par le HCSP (Haut Conseil de la Santé Publique), fournit chaque année une partie sur le conseil aux voyageurs. Cette publication annuelle sera la source officielle que nous avons choisie d'étudier dans le cas de la France.

Aux Etats-Unis, les sources officielles choisies sont les CDC (Centers for Disease Control and prevention – Centres pour la prévention et le contrôle des maladies). D'origine militaire, créés notamment pour la lutte contre la tuberculose et la réalisation d'une campagne contre la fièvre jaune à Cuba à la fin du XIX^{ème} siècle, ces centres constituent aujourd'hui la principale agence gouvernementale pour la protection de la santé et de la sécurité publique. Ils se divisent en différents bureaux, centres et instituts tels que le National Center for Infectious Diseases (le Centre National pour les Maladies Infectieuses), le National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion (le Centre National pour la Prévention des Maladies Chroniques et la Promotion de la Santé) ou l'Epidemiology Program Office (le Bureau du Programme Epidémiologique).

Pour le Royaume-Uni, la source officielle choisie est le NaTHNaC (National Travel Health Network and Center – Le Centre et Réseau National de Santé en Voyage). Ce centre a été créé en 2002 par le département de la santé (équivalent du ministère de la santé français) et, contrairement aux trois organisations précédentes (OMS, InVS et CDC), il est spécifique de la santé du voyageur. Il a pour missions la surveillance et la veille, l'information et le

conseil aux voyageurs. Le NaTHNaC intervient beaucoup en faveur de l'éducation des voyageurs (par l'intermédiaire de fiches très didactiques ou par téléphone) et gère aussi la vaccination contre la fièvre jaune en Angleterre, au Pays-de-Galles et en Irlande du nord.

En Ecosse le site de référence sur le conseil aux voyageurs est le www.fitfortravel.com. Fitfortravel est un site internet issu de la collaboration entre la NHS (National Health Service), qui est le système de santé publique du Royaume uni, et le HPS (Health Protection Scotland). Il regroupe des informations sur le conseil aux voyageurs.

En Suisse, c'est le site www.safetravel.ch que nous avons choisi comme référence. Il regroupe les recommandations du comité d'experts en médecine des voyages. Ces promoteurs travaillent en partenariat avec l'Université de Zurich, les Hôpitaux universitaires de Genève, l'Institut Tropical et de Santé publique suisse, la Policlinique Médicale Universitaire de Lausanne et Inselspital (Hôpital Universitaire de Berne).

Pour le Canada, la source officielle choisie est le CCQSV (Comité Consultatif Québécois sur la Santé des Voyageurs), qui, comme le NaTHNaC, est spécifique de la santé des voyageurs. Ce CCQSV est un comité d'experts mis en place en 1992 par le ministère de la santé et des services sociaux. Il regroupe des experts en santé des voyageurs, santé publique et microbiologie et travaille en collaboration avec l'INSPQ (l'Institut National de Santé Publique du Québec), centre d'expertise et de référence en santé publique au Canada. Le comité a pour mission de venir en appui du réseau de la santé publique pour tout ce qui concerne la prévention des problèmes de santé liés aux voyages faits à l'étranger (questions sur la santé des voyageurs, suivi de la situation épidémiologique mondiale, informer et mettre à jour les informations au sujet de la santé des voyageurs). Il participe aux activités liées à la connaissance et à la surveillance des maladies acquises à l'étranger et entretient aussi le lien entre le réseau de la santé publique et le réseau des organismes de tourisme.

Enfin, la dernière source officielle que nous étudierons est une source belge, à savoir l'Institut de médecine tropicale d'Anvers. Cet institut, fondé en 1906 par Léopold II, était à la base une école de médecine tropicale et se concentrait sur les maladies contractées au Congo (alors colonie belge). Au fil des ans, l'institut s'est agrandi et a diversifié ses activités de recherche. Aujourd'hui, c'est un institut de référence mondiale qui emploie 400 scientifiques et techniciens et qui est spécialisé dans la recherche, l'enseignement et le

traitement des maladies tropicales et l'organisation des soins de santé dans les pays en voie de développement.

1.1.2. Grille de lecture pour la comparaison des sources officielles

Dans un souci de clarté et pour faciliter l'exercice de comparaison des différents sites officiels et sources d'information présentés dans notre première partie, nous avons choisi de réaliser une grille de lecture permettant de cibler et de hiérarchiser les points qui nous paraissaient les plus appropriés.

1.1.2.1. Constitution de la grille de lecture

Une grille de lecture doit contenir des critères objectifs d'évaluation afin de simplifier et de mieux saisir l'information essentielle d'un texte ou d'un article par exemple, et, dans notre cas, de pouvoir plus facilement le comparer avec d'autres textes ou articles. Après observation des différentes sources officielles que nous avons choisies d'étudier, nous avons déterminé 8 critères qui nous semblaient les plus pertinents pour rendre compte au mieux du contenu de chacune des sources étudiées.

Voici la liste des critères retenus et leurs descriptions :

- **Accessibilité aux sources :**
 - La source (site ou document) est-elle facile d'accès ?
 - Quelle est la marche à suivre pour se procurer le document sur lequel figurent des informations sur la trousse à pharmacie ?
 - Est-ce qu'une simple recherche sur le net avec des mots clés classiques nous permet de trouver la source en question ou faut-il en connaître l'existence pour parvenir à se la procurer ?
- **Lisibilité, clarté :**
 - Le support (site ou document) est-il lisible ?
 - La présentation est-elle claire ?
 - Voit-on rapidement les points importants ?
 - Quelles langues sont disponibles ?
- **Vie du site, fréquence des mises à jour :**

- A quelle fréquence est mis à jour le document contenant les préconisations pour la constitution de la trousse à pharmacie de voyage ?
- Le site qui héberge l'information apparaît-il comme un site actif et régulièrement actualisé, y compris pour les informations autres que celle concernant la trousse à pharmacie ?
- **Contacts :**
 - Un contact avec les rédacteurs des informations sur la trousse à pharmacie est-il possible ?
 - Si oui, de quel type (mail, téléphone) ?
 - A-t-on un contact direct d'un des rédacteurs ou seulement une adresse mail générique de l'organisme ?
- **Ergonomie :**
 - Les informations spécifiques à la trousse à pharmacie sont-elles faciles d'accès ?
 - Y-a-t-il un moteur de recherche sur le site et est-il performant ?
 - Existe-il un plan ou sommaire détaillé ?
 - La navigation dans le document est-elle facile, arrive-t-on facilement à l'information recherchée notamment avec l'utilisation de liens hypertexte ?
- **Contenu sur la trousse à pharmacie :**
 - Analyse à proprement parlé des informations concernant la trousse à pharmacie de voyage et comparaison avec notre source référence et les autres sources.
- **Hiérarchisation de la liste :**
 - Dans le cas où la trousse est décrite sous forme d'une liste, est-elle hiérarchisée ?
 - En combien de parties et avec quels titres ?
 - Dans quel ordre ?
 - Les choix sont-ils argumentés ?
- **Bibliographie :**
 - Y-a-t-il une bibliographie spécifique aux informations sur la trousse ?
 - Si non, la bibliographie générale est-elle fournie ?

1.1.2.2. L'OMS [14]

Comme nous l'avons dit précédemment l'OMS publie régulièrement (environ tous les deux ans) un ouvrage regroupant les conseils aux voyageurs « Voyages internationaux et santé ». Cet ouvrage est destiné avant tout aux professionnels de santé mais aussi aux voyageurs et aux voyageurs intéressés.

ACCESIBILITE AU SITE, A L'INFORMATION :

Une recherche sur Google® avec les mots clés « OMS + conseil aux voyageurs » permet d'accéder directement à la page du site de l'OMS où le document « Voyages internationaux et santé » est téléchargeable. On peut aussi le trouver en allant dans l'onglet « Publications » du même site (<http://www.who.int/fr/>). Des versions papier et électronique sont disponibles. La dernière version (2012 avec certaines mises à jour datant de 2014) de cet ouvrage est payante. En effet, il est possible de commander la version papier pour 36 dollars (environ 26.80 euros) et la version électronique est téléchargeable pour 12 dollars (environ 8.95 euros). Seule l'avant-dernière version (2009) est consultable gratuitement.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Le texte est facilement lisible (la police, la taille des caractères, couleur...). L'ouvrage est disponible en anglais, en français, espagnol, italien et le site peut être traduit dans ces 3 mêmes langues ainsi qu'en russe, arabe et chinois.

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

L'OMS publie régulièrement une nouvelle version de son ouvrage, la dernière version en langue française date de 2012 avec une version numérique mise à jour en 2014. Le site est mis à jour très régulièrement. Il existe une possibilité d'abonnement à une liste de diffusion des mises à jour ou des informations en temps réel.

CONTACTS :

Le comité de rédaction de « Voyages internationaux et santé » est cité, 18 nationalités sont représentées. Sur le site de l'OMS une adresse mail concernant les questions sur les publications est disponible dans l'onglet « Contacts » dans le sommaire ou en pied de page du site. Aucun contact spécifique aux informations sur la trousse à pharmacie n'est disponible.

ERGONOMIE :

La version électronique de l'ouvrage permet une lecture facile, elle permet également l'impression. Des liens hypertextes au niveau du sommaire permettent une accessibilité facile aux différents chapitres et donc aux informations concernant la trousse à pharmacie.

CONTENU SUR LA TROUSSE :

La partie concernant la pharmacie de voyage comprend 2 pages. Elle est intégrée dans le chapitre I " Risques pour la santé et précautions à prendre : généralité". La pharmacie est associée aux articles de toilette. Dans la première partie il est rappelé qu'il faut amener des fournitures médicales en quantité suffisante pour toute la durée du voyage. L'accent est mis sur le caractère indispensable de la trousse, en particulier dans les pays en développement, et où il n'est pas sûr que l'on puisse se procurer certains médicaments. Il est fait explicitement allusion aux seringues et aiguilles stériles. Aucune DCI ou nom de spécialité n'est cité, à l'exception du paracétamol. Il est aussi rappelé que certains médicaments délivrés sur ordonnance, ou certains articles médicaux doivent être accompagnés d'une attestation signée par un médecin.

Ensuite, apparaît la liste du contenu de la pharmacie de voyage. Les antibiotiques sont cités pour un grand nombre d'infections fréquentes chez le voyageur (diarrhée du voyageur, infections de la peau, des tissus mous, des voies respiratoires et des voies urinaires).

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

La liste pour la constitution de la pharmacie de voyage est divisée en deux parties : « Premiers soins » et « Articles supplémentaires selon la destination et les besoins personnels ».

BIBLIOGRAPHIE :

Aucune bibliographie spécifique de la trousse à pharmacie n'apparaît dans « Voyages internationaux et santé ». Cependant, à la fin de chaque chapitre, quelques références bibliographiques sont cependant citées sous le libellé « Pour en savoir plus ».

1.1.2.3. Le BEH en France [15]

http://www.invs.sante.fr/beh/2014/reco/pdf/2014_reco.pdf

Chaque année, au mois de juin, l'Institut de Veille Sanitaire (InVS) publie dans le Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire (BEH), les recommandations sanitaires pour les voyageurs.

Ces recommandations sont émises à l'attention des professionnels de Santé par le CMVI (Comité des maladies liées aux voyages et des maladies d'importation) de la commission spécialisée du HCSP, mais le BEH est consultable par n'importe qui sur internet, la version papier n'existant plus.

ACCESSIBILITÉ AU SITE, A L'INFORMATION :

Le BEH 2014 est disponible sur le site de l'InVS, mais il est assez difficile à trouver. En effet, les bulletins hebdomadaires depuis 1983 sont bien référencés et faciles d'accès, par contre, il n'est pas spécifié dans lequel on trouvera les conseils aux voyageurs. Pour le consulter plus facilement, il faut taper dans la barre de recherche Google « BEH + 2014 + voyageurs ». Il faut donc connaître son existence pour le trouver. Cela dit, même si le BEH est consultable par tout le monde, il est avant tout destiné aux professionnels de Santé qui connaissent donc son existence.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Le texte est facilement lisible (la police, la taille des caractères, couleur...).

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

Une nouvelle version du BEH est disponible chaque année au début du mois de juin.

CONTACTS :

Les membres du comité de rédaction sont cités. Le contact e-mail de la Rédactrice en Chef est donné et un lien vers le site de l'InVS est aussi indiqué. Aucun contact spécifique aux informations sur la trousse à pharmacie n'est disponible.

ERGONOMIE :

Le BEH se consulte en ligne mais est aussi téléchargeable au format PDF. Cette forme de fichier permet une lecture plus facile et permet surtout une impression et une consultation hors connexion. Le sommaire très détaillé permet une navigation simple.

Un chapitre est consacré à la trousse à pharmacie du voyageur et celui-ci est accessible rapidement.

CONTENU SUR LA TROUSSE :

Le BEH rappelle, comme beaucoup, qu'il n'existe pas de pharmacie type, que chaque trousse est à adapter à la destination, au type de voyage et au voyageur.

Le BEH fait apparaître à peu près le même contenu que celui préconisé par l’OMS. Les seules différences que l’on peut observer restent minimes comme la préconisation d’emporter des dosettes de sérum physiologique et du gel hydroalcoolique ce que l’OMS ne fait pas apparaître dans sa liste.

Un encadré bien visible est consacré à la prescription d’antibiotiques aux voyageurs. Si la prescription d’un antibiotique est jugée nécessaire par le médecin, l’importance de la formulation de recommandations est soulignée notamment dans le contexte de l’antibiorésistance.

Aucun nom de spécialité n’est référencé. Seule une DCI apparaît (le paracétamol).

Les cas particuliers sont traités dans une sous partie à la suite de la liste.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

La liste est divisée en trois parties : « Des médicaments systémiques » ; « Une protection contre le paludisme » ; « D’autres produits ».

BIBLIOGRAPHIE :

Dans le chapitre concernant la trousse à pharmacie, plusieurs références à d’autres chapitres du BEH sont faites. A la fin du BEH une bibliographie complète apparaît, les informations sont bien documentées.

1.1.2.4. Le CDC aux Etats-Unis [16]

<http://wwwnc.cdc.gov/travel/yellowbook/2014/chapter-2-the-pre-travel-consultation/travel-health-kits>

ACCESSIBILITÉ AU SITE, A L’INFORMATION :

Tous les deux ans, le CDC publie et met en ligne *The yellow book, CDC Health Information for International Travel*, considéré comme une référence américaine pour le conseil aux voyageurs. *The yellow book* est disponible en format numérique sur le site du CDC. Cet ouvrage n’est disponible qu’en anglais. Un chapitre est consacré à la trousse médicale de voyage.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

La page d'accueil du site du CDC est claire, un plan du site permet une navigation rapide. La langue par défaut est l'anglais, mais une traduction en espagnol est possible. L'accès au *yellow book* est facile.

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR:

La publication du *yellow book* est régulière (tous les deux ans) ce qui assure à priori une mise à jour des informations au moins tous les deux ans.

CONTACTS :

The yellow book présente tout le comité de rédaction, cependant aucune adresse mail n'est donnée. Un contact du CDC en général est disponible en pied de page du site (seulement adresse et numéro de téléphone). Aucun contact spécifique aux informations sur la trousse à pharmacie n'est disponible.

ERGONOMIE :

The yellow book se consulte uniquement en ligne. Les liens permettent une navigation aisée et l'on accède facilement au chapitre consacré à la trousse du voyageur. Chose intéressante, il peut être installé sous forme d'application sur Smartphone ce qui permet une consultation quel que soit le lieu, y compris sans connexion à internet.

CONTENU SUR LA TROUSSE:

The yellow book insiste lui aussi sur le fait que la trousse doit être adaptée au voyage et au voyageur. Le fait d'apporter ses propres médicaments est mis en avant afin d'éviter à avoir à les acheter sur place et à risquer la contrefaçon. Se pose alors la question du volume parfois important que pourrait prendre cette trousse. Ceci est donc important à prendre en compte en fonction du type de destination visitée.

La liste proposée est décrite comme non exhaustive mais comme proposant les éléments de base. La liste contient à peu près le même matériel et médicaments que celle de l'OMS. Dans l'ensemble, peu de DCI sont fournies, par contre, des liens vers des sites commerciaux sont disponibles, ces sites proposent la vente de trousse à pharmacie toutes faites.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

La liste est composée de trois parties : « Les médicaments » ; « Premiers soins » ; et « Les autres objets importants ». Dans la partie « Les médicaments », une hiérarchie

supplémentaire est faite en fonction des symptômes et du type de destination. Par contre, les protections contre le paludisme ne sont pas mises en avant comme elles le sont dans le BEH (partie à part entière).

BIBLIOGRAPHIE :

La bibliographie spécifique à la partie « Trousse à pharmacie » est la plus fournie de toutes nos sources (3 articles) et elle est parfaitement citée.

1.1.2.5. Le NaTHNaC au Royaume-Uni [17]

<http://www.nathnac.org/travel/index.htm>

ACCESSIBILITÉ AU SITE, A L'INFORMATION :

Après une simple recherche sur Google avec les mots clés « travel advices », le site de NaTHNaC apparaît en deuxième position après un site du gouvernement anglais. Concernant les informations sur la trousse à pharmacie, ce site ne présente pas de fichier exclusivement réservé à la trousse, mais fonctionne sous forme de fiches.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

La page d'accueil n'est pas très claire, en effet, le plan du site et les liens importants ne ressortent pas très bien. Les liens « *Country Information Pages* » et « *Health Information Sheets* » sont « noyés » dans un texte écrit en toute petite police. La langue par défaut est l'anglais et aucune version traduite du site n'est proposée.

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

Le site semble être mis à jour très régulièrement. En effet, le dernier article dans la rubrique « Actualités » date du 31 juillet 2014 (consultation du site le 18 janvier 2015) et des articles sont visiblement ajoutés tous les 2 à 5 jours. De plus, en bas de chacune des pages d'information, est notée la dernière mise à jour. De manière générale, les informations datent au maximum d'un an au moment de la consultation du site.

CONTACTS :

La barre de tâche du site possède un onglet « *Contact us* » qui présente les coordonnées du NaTHNaC (adresse, téléphone, mail). Aucun contact spécifique aux informations sur la trousse à pharmacie n'est disponible.

ERGONOMIE :

Le site ne se consulte pas facilement et il n'y a pas de liste à proprement dite pour constituer une trousse à pharmacie. On va de lien en lien sans jamais avoir de synthèse très claire, les informations sur le contenu de la trousse sont disséminées dans diverses pages ce qui ne facilite pas la lecture pour l'utilisateur du site. Pour chacune des pages d'information, une version PDF est téléchargeable.

CONTENU :

Beaucoup de conseils clairs sont mis en avant. Des pages sont proposées par pathologies ou situation de risque, mais aussi par pays visité.

Le site fournit un grand nombre d'informations mais sans hiérarchisation particulière. Aucune partie à proprement parler ne présente la trousse à pharmacie. Le site encourage cependant à consulter un professionnel pour prendre conseil. Aucune mention n'est faite sur le matériel de premiers secours.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

Etant donné la manière dont est construite le site et l'absence de liste à proprement dite, ce critère ne s'applique pas au NaTHNaC.

BIBLIOGRAPHIE :

Très peu de bibliographie est disponible, seuls quelques liens vers d'autres sites sont parfois proposés afin d'avoir plus d'informations.

1.1.2.6. *Fitfortravel.com en Ecosse*[18]

<http://www.fitfortravel.nhs.uk/advice/general-travel-health-advice/first-aid.aspx>

En Ecosse le site de référence sur le conseil aux voyageurs est *fitfortravel.com*. *Fitfortravel* est un site internet créé de la collaboration entre la NHS (National Health Service), qui est le système de santé publique du Royaume uni, et le HPS (Health Protection Scotland). Il regroupe des informations sur le conseil aux voyageurs.

ACCESSIBILITE AU SITE, A L'INFORMATION :

A la recherche sur Google « travel + advice + scotland », le site *fitfortravel.com* apparaît à la cinquième position. Sans connaissance de cette référence, l'accessibilité n'est pas aisée.

LISIBILITE, CLARTE :

Les notions importantes sont bien mises en valeur. En effet, les mots importants sont en caractère gras. Aucune traduction dans une autre langue que l'anglais n'est disponible. Les informations sur les médicaments de la trousse à pharmacie du voyageur sont rassemblées sur une seule et même page. Mais ces informations ne sont pas du tout détaillées. Elles sont détaillées sur des pages spécifiques à une affection ou à un voyageur spécifique.

VIE DU SITE, FREQUENCE DES MISES A JOUR :

Sur le site, de nombreux posts récents sont mis en ligne. Cependant les fiches sur les conseils aux voyageurs ne sont pas datées.

CONTACTS :

Aucun contact spécifique au site fitfortravel.com n'est disponible.

ERGONOMIE :

Sur ce site écossais, les informations sur la constitution de la trousse à pharmacie du voyageur ne sont pas très faciles à trouver. En effet sur la page d'accueil, il faut cliquer dans l'onglet « Advice », « General travel advice ». Il faut ensuite sélectionner « First aid » parmi de nombreux autres items. Le site présente de nombreux conseils aux voyageurs.

CONTENU :

Il est souligné qu'il est important d'amener suffisamment de médicaments pour toute la durée du voyage, en rappelant qu'il est important d'avoir une ordonnance du médecin précisant qu'il s'agit de médicaments pour un usage personnel.

Il n'y a pas de matériel qui semble fantaisiste. Les conseils sont clairs. Les informations sont disséminées sur différentes pages. Il y a un point spécifique sur l'utilisation des antibiotiques en voyage, et un point spécifique sur la prévention du paludisme.

HIERARCHISATION :

La liste du contenu de la trousse est hiérarchisée en 9 parties : « Médicaments d'urgence », « Diarrhée », « Blessures légères », « Piqûres », « Stérilisation de l'eau », « Exposition au soleil », « Infections », « Paludisme », « Matériel stérile ».

BIBLIOGRAPHIE :

La bibliographie n'est pas fournie.

1.1.2.7. *Safetravel.ch en Suisse [19]*

<http://www.safetravel.ch/safetravel2/servlet/ch.ofac.wv.wv204j.pages.Wv204ConseilsSanteListeCtrl?action=afficheDetail&elementCourant=2>

En suisse, le site de référence sur la médecine tropicale est *www.safetravel.ch*, il s'agit d'un site internet qui donne les recommandations officielles du comité d'experts en médecine des voyages et de l'office fédéral de la Santé publique suisse. L'Unité de Médecine des Voyages et des Migrations de Genève assure la mise à jour régulière du site en collaboration avec les experts des centres de médecine tropicale de Zurich, Bâle, Lausanne et Berne.

ACCESSIBILITÉ AU SITE, A L'INFORMATION :

Suite à la recherche « médecine des voyages + suisse » sur le moteur de recherche Google, le site *www.safetravel.ch* apparaît en première position.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Le texte est facilement lisible (la police, la taille des caractères, couleur...). La langue de base est le français, mais il est possible de le traduire en allemand. Cependant la Suisse possède trois langues officielles : le français, l'allemand et l'italien, or la traduction en italien n'est pas disponible.

CONTACTS :

En pied de page du site, un lien est proposé vers une page « Auteurs », sur laquelle figure l'équipe de rédaction du site mais aucun contact direct vers l'un d'entre eux.

Ce lien indique que *www.safetravel.fr* donne les recommandations officielles du Comité d'experts en médecine des voyages et de l'Office Fédéral de la Santé Publique. Il est également spécifié que les auteurs certifient que le contenu de ce site répond aux critères de qualité scientifiques et est indépendant de toute influence commerciale. Cependant, ce site est sponsorisé par deux laboratoires GlaxoSmithKline et Novartis, et par l'office fédéral de la Santé Publique (un équivalent de notre ministère de la Santé).

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

Les dates de création et de mise à jour de chaque page apparaissent en bas de celles-ci. Concernant les informations sur la pharmacie de voyage, la date de création est de 2001, et la date de mise à jour est de 2008. Ceci est le cas pour toutes les pages visitées (dernière

mise à jour entre 2006 et 2008). Le site ne semble donc pas très vivant sur ces aspects, mais dans la rubrique « Actualités », de nombreux articles très récents (quelques jours) et très fréquents (parfois plusieurs par jour) sont proposés.

ERGONOMIE :

Le site est logiquement organisé, l'accessibilité aux données sur l'élaboration de la Pharmacie de voyage est aisée. Depuis la page d'accueil, il faut cliquer sur « Conseils Santé », puis « Préparatifs et Assurance », et enfin « Pharmacie de voyage ». Une page complète lui est destinée. De plus, le site est doté d'un moteur de recherche interne, ce qui facilite d'autant l'accès aux données sur la pharmacie de voyage.

CONTENU :

En préambule, *www.safetravel.ch* met l'accent sur l'importance d'adapter la trousse en fonction de la destination, de la durée, du type de voyage, du nombre de voyageurs. Il est rappelé que la conservation de la trousse doit tenir compte de la chaleur, des chocs durant le transport, et qu'elle ne doit pas être stockée à la portée des enfants. La nécessité de lecture de la notice est rappelée ainsi que le respect de la date d'expiration. La prudence pour l'automédication de la femme enceinte est soulignée. Le site *www.safetravel.ch* rappelle que les informations contenues sur le site ne peuvent remplacer les jugements du médecin et du pharmacien.

Par rapport à la liste établie par l'OMS, celle de *www.safetravel.ch* est un peu plus détaillée, en effet un petit commentaire sur chaque produit est établi. De plus un nom de spécialité (suisse), mais pas de DCI est donné pour chaque classe de produit. Lorsqu'une spécialité est existante chez un des deux laboratoires sponsors, elle est donnée en exemple.

Dans sa liste, *www.safetravel.ch* ne recommande les antibiotiques « qu'éventuellement » pour le traitement de la diarrhée du voyageur avec fièvre et sang dans les selles pour un traitement par ciprofloxacine ou azithromycine (de 1 à 3 jours).

Dans tous les cas, l'accent est mis sur la nécessité d'adaptation de la trousse à la destination et au voyageur et la prescription obligatoire des antibiotiques.

www.safetravel.ch ne fait pas apparaître dans sa liste la moustiquaire pour la prévention du paludisme, mais une page est exclusivement consacrée au paludisme, ou celle-ci apparaît.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

La liste est hiérarchisée en 13 points qui détaillent le contenu de la trousse préconisée.

BLIBLIOGRAPHIE :

Les sources et références ne sont pas détaillées.

1.1.2.8. Le comité consultatif québécois sur la santé des voyages [20]

<http://voyage.gc.ca/voyager/sante-securite/trousse>

Une des références canadiennes de la médecine tropicale est le Comité Consultatif Québécois sur la Santé des Voyages (CCGSV). En cherchant des informations sur la trousse à pharmacie de voyage, le CCQSV nous renvoie sur le site du gouvernement canadien où figurent des informations quant à l'élaboration de la trousse de produits de Santé pour le voyage.

ACCESSIBILITÉ AU SITE, A L'INFORMATION:

L'accès au site n'est pas aisé, en effet, il faut l'association des mots clés suivants : « conseils + voyageurs + gouvernement + canada » sur Google, pour voir apparaître le site en question dans les premières pages.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

La page d'accueil du site du gouvernement canadien est claire, un plan du site permet une navigation rapide et les différentes rubriques sont clairement visibles. Des versions du site en anglais et en français sont proposées. L'accès à la rubrique « Trousse de produits de santé pour le voyage » est facile et intuitive.

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

Une date de la dernière mise à jour apparaît en bas de chaque page, les pages concernant la trousse de voyage sont datées du 27/03/2014 et du 28/05/2014. Le fil d'actualités est régulièrement complété par de nouveaux articles.

CONTACTS :

Aucun contact spécifique n'est fourni en ce qui concerne la trousse à pharmacie. Par contre, il est mentionné que les informations sur la Santé et le voyage ont été fournies par l'agence de la Santé publique du Canada. On peut noter d'ailleurs que les mêmes informations apparaissent sur leur site (<http://www.phac-aspc.gc.ca/>).

ERGONOMIE :

Sur le site du gouvernement canadien les informations sur la trousse à pharmacie sont relativement faciles à trouver. En effet, sur la page d'accueil, un onglet « Voyage » apparaît clairement, il faut ensuite cliquer sur « Voyager à l'étranger ». Un menu apparaît alors, avec des renseignements utiles sur la santé et la sécurité, les documents de voyage, les bagages, la sécurité à l'aéroport, les conseils par pays, et plus encore. La section sur la Santé en voyage fait apparaître un onglet « Trousse de produits de Santé pour le voyage ». La navigation est très fluide et les informations importantes sont bien mises en avant.

CONTENU SUR LA TROUSSE:

Il existe une page sur « la Trousse de produits de Santé pour le voyage » où figurent beaucoup de conseils sur l'élaboration de la trousse, sur le transport des médicaments... Il est souligné qu'il faut emmener suffisamment de médicaments et de fournitures pour prévenir des maladies, traiter des blessures mineures, des maladies bénignes, des affections médicales préexistantes pendant une durée supérieure à la durée prévue du voyage. A travers ces conseils figurent les différents éléments devant constituer la trousse.

Il est intéressant de noter, qu'en bas de cette page un lien mène vers une autre page consacrée exclusivement à « La liste de vérification du contenu de la trousse de produits de Santé pour le voyage ». Cette page est très pratique car on peut imaginer l'imprimer et s'en servir de « Check list » au moment de la constitution de la trousse à pharmacie.

Aucun nom de DCI ou de spécialité n'est mentionné.

Cette liste fait apparaître tous les médicaments et matériels recommandés par l'OMS, elle mentionne en plus la nécessité des pansements pour les ampoules, des gants jetables en latex ou en vinyle. Des lingettes antiseptiques plutôt qu'une solution sont également recommandées.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

La liste du contenu de la trousse de produits de Santé pour le voyage est hiérarchisée en quatre parties et commence par les fournitures de premiers soins de base. Viennent ensuite les autres produits, les médicaments et enfin la carte de contact (qui regroupe les coordonnées et autres papiers administratifs à emporter). Dans la partie « Autres Produits », deux éléments sont en caractère gras (crème solaire et insectifuge).

BLIBLIOGRAPHIE :

La bibliographie n'est pas fournie.

1.1.2.9. *L'institut de médecine tropicale d'Anvers en Belgique [21]*

<http://www.itg.be/itg/Uploads/MedServ/medasso-edition-2014-2015.pdf>

L'Institut de Médecine Tropicale situé à Anvers a pour but de faire progresser la connaissance sur les maladies tropicales, infectieuses et liées à la pauvreté ainsi que l'accès aux soins de santé. Il publie en version papier ainsi qu'en version électronique, le *Medasso headlines Conseils de Santé pour voyageurs*, ouvrage destiné au corps médical.

ACCESSIBILITÉ AU SITE, A L'INFORMATION :

Suite à une recherche sur Google avec les mots clés « conseils + voyageurs + Belgique », la page de l'institut n'apparaît qu'en 4^{ème} position. La version électronique est disponible sur le site de l'institut de médecine tropicale mais cependant très difficile à trouver. Un chapitre (le chapitre XIV) est entièrement consacré à la pharmacie de voyage.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Une fois que le document a été trouvé, il est plutôt bien présenté et parfaitement lisible. Le site propose trois versions : en français, en anglais et en flamand.

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

Cet ouvrage est publié chaque année et la version consultée est la version 2014-2015. De plus, de nombreux articles récents sont référencés, le site est visiblement en fonctionnement actif.

CONTACTS :

Cet ouvrage est rédigé par l'institut de médecine tropicale et est réalisé en collaboration avec le laboratoire GlaxoSmithKline. Les contacts du comité de rédaction sont disponibles.

ERGONOMIE :

Medasso headlines Conseils de Santé pour voyageurs est disponible sur le site de l'institut de médecine tropicale. Pour y accéder il faut cliquer sur l'onglet « Services médicaux » puis « Conseils de voyage/pathologie tropicale », il faut ensuite sélectionner l'onglet « Informations pour experts ». La documentation sur la trousse médicale du voyageur n'est donc pas très facile à trouver. La présence d'un moteur de recherche interne

au site ne facilite pas cette recherche. Sur la version PDF, aucun lien hypertexte n'existe afin d'arriver rapidement au chapitre désiré.

CONTENU :

En préambule, il est rappelé que le contenu et le volume de la trousse sont à adapter à la durée, au type de voyage et à la présence éventuelle d'enfants. De nombreux conseils quant à l'élaboration de la trousse y figurent.

Dans ce chapitre figure ensuite une liste du matériel et médicaments de la trousse à pharmacie. Ceci est présenté sous forme d'une check-list où l'on peut cocher petit à petit les produits mis dans la trousse.

Aucune DCI (à part l'acétazolamide pour le mal des montagnes) ni nom de spécialités ne sont cités, seule l'indication ou la classe du médicament apparaît.

Sont aussi cités une crème anti-inflammatoire et une pince à tiques.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

La liste est présentée sous forme d'une check-list divisée en deux parties : « pour tous » qui rassemble l'essentiel et « éventuellement » qui présente les compléments.

BIBLIOGRAPHIE :

Les sources bibliographiques ne sont pas citées.

1.1.3. Discussion - Grands points communs et variations majeures entre les sources officielles

Afin de résumer cette première partie de chapitre, nous nous proposons de reprendre de manière synthétique ce que nous avons pu observer lors de la comparaison des différentes sources officielles que nous avons choisi d'étudier. Nous allons donc reprendre point par point notre grille de lecture et exposer lesquels restent relativement immuable entre les sources et lesquels présentent des variations majeures.

ACCESSIBILITE A L'INFORMATION :

Globalement, le référencement sur internet de ces sources « officielles » n'est pas très bon et il faut en connaître l'existence pour les trouver. Nous verrons dans la deuxième partie de ce chapitre, qu'une simple recherche sur internet avec les mots clés les plus classiques, mène généralement sur des sites commerciaux plutôt qu'à ces sources officielles.

Un point important est que toutes les sources choisies sont gratuites à l'exception de l'ouvrage de l'OMS.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Aucun problème n'a été relevé concernant la lisibilité et la clarté des différents documents consultés. D'une manière générale, ces documents ne sont disponibles que dans la langue du pays dont l'organisme est issu. Quand plusieurs langues sont disponibles, c'est que le pays a plusieurs langues officielles (Suisse, Canada et Belgique).

CONTACTS :

Concernant les contacts, ils sont en général communiqués, mais ce sont des contacts génériques et dans aucun cas, nous n'avons pu avoir un contact spécifique aux informations sur la trousse à pharmacie de voyage.

ERGONOMIE :

D'une manière générale, l'outil informatique facilite la recherche des informations spécifiques à la pharmacie de voyage.

CONTENU SUR LA TROUSSE :

Toutes les sources que nous avons analysées mettent l'accent sur le fait qu'il n'existe pas UNE trousse à pharmacie, mais que celle-ci est à adapter selon la destination, le type de voyage et aussi en fonction du voyageur.

Globalement, on remarque qu'il n'y a pas de grosses différences dans le contenu. Les différences importantes résident dans le détail des informations et dans la forme.

Les différences notables que nous avons pu remarquer sont les suivantes :

Certaines sources soulignent le fait qu'il est important de privilégier les formes adaptées. En effet les formes unidoses et lyophilisats (quand elles existent) permettent un gain de place. De plus, dans le contexte du voyage, le lyophilisat est plus facile à prendre dans la mesure où l'accès à de l'eau potable et l'utilisation d'un verre peuvent être difficiles. Dans le cas d'un voyage en pays chaud, la forme suppositoire n'est pas conseillée. Enfin, une bouteille de sirop prend beaucoup de place, et risque de se casser durant le transport. Tous ces conseils très pratiques sont prodigués seulement par certains sites, comme le BEH qui met l'accent sur le conditionnement unidose et la source canadienne qui préconise l'antiseptique sous forme de lingettes. Les autres sources n'y font pas référence.

Concernant les antibiotiques de la trousse de voyage, seule la source canadienne n'y fait pas référence. Les autres sources les mentionnent tout en soulignant cependant le fait que leur utilisation doit être effectuée après prescription et conseils du médecin. L'OMS conseille, selon la destination et les besoins personnels, d'apporter des antibiotiques ciblant les infections les plus fréquentes chez les voyageurs (diarrhée du voyageur, infection de la peau, des tissus mous, des voies respiratoires et des voies urinaires). Le BEH présente un encadré spécifique aux antibiotiques. Cet encadré rappelle que le médecin peut prescrire, selon le voyageur et le voyage, des antibiotiques. Il est souligné que le médecin doit bien formuler certaines recommandations : (accès limité aux soins, diagnostic médical, modalité de prise, contexte). La source américaine fait référence aux antibiotiques pour l'autotraitement de la diarrhée du voyageur. Le NHS (source écossaise) précise elle aussi que les antibiotiques peuvent être prescrits pour les voyageurs s'aventurant loin des installations médicales. Le médecin doit bien préciser la manière et le moment de prise. Le Safetravel (source suisse) précise qu'une consultation est nécessaire en cas de diarrhée sanglante ou accompagnée de fièvre, mais que, si cela n'est pas possible, un traitement antibiotique court peut être utilisé (Ciproxine® ciprofloxacine ou Zithromax® azithromycine pour 1 ou 3 jours). La source belge préconise éventuellement des antibiotiques contre la dysenterie (et autres infections bactériennes), sans plus de détails. En somme, dans le cas des antibiotiques, les sources officielles s'entendent sur le fait qu'une consultation et une prescription par un médecin est nécessaire. Quelques divergences existent cependant dans les explications et les détails qui sont donnés quant aux modalités de leur utilisation.

Il existe plusieurs médicaments ou matériel nous semblant importants et qui n'apparaissent pas de manière systématique dans toutes les listes : solution hydro alcoolique pour la désinfection des mains, dosettes de sérum physiologique pour le nettoyage des plaies ou des yeux, antiseptique à large spectre sur les plaies, pommade antibactérienne.

Certaines sources sont en lien, voire sponsorisées, par des laboratoires pharmaceutiques et mentionnent parfois leurs spécialités dans leur liste. Même si nous avons vu que les contenus préconisés par les différentes sources changeaient peu, on peut s'interroger sur les éventuels conflits d'intérêts qui pourraient exister.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

C'est peut-être le point où nous avons observé les plus grosses différences entre les sources analysées. C'est donc effectivement plus sur la forme que les listes diffèrent que sur le fond.

Tout d'abord, elles peuvent être plus ou moins hiérarchisées. Le découpage de la liste peut se faire seulement en deux parties (OMS et sources belge par exemple), comme être beaucoup plus complexe. Globalement, le découpage se fait alors en fonction de la pathologie et il nous semble que les listes classées de cette manière sont plus facile à lire. La forme check-list proposée par la source belge facilite l'utilisation de la liste.

Nous avons aussi observé des variations importantes en ce qui concerne l'ordre dans lequel étaient présentés les éléments constituant la trousse. En effet, certaines sources commencent par le matériel alors que d'autres préfèrent mettre plus en avant les médicaments. Cela dit, il est difficile d'en tirer une explication et de préférer une présentation plutôt qu'une autre.

BIBLIOGRAPHIE :

Sur ce point-là, nous avons observé quelque chose de récurrent et d'un peu décevant. En effet, dans toutes les sources étudiées, la bibliographie est assez pauvre voire inexistante.

1.1.4. Notation

Afin de pouvoir établir une comparaison claire de ces différentes sources, nous avons choisi de mettre en place une notation que nous vous décrivons ci-dessous. Cette notation a été établie en concertation entre l'auteur (Pauline Avril) et le directeur de Thèse (Ludovic De Gentile).

A- Accessibilité :

→ A1 : Selon notre classement, le site est-il facilement accessible par recherche internet ? : (+1) oui ; (0) non

B- Lisibilité, clarté :

→ B1 : Les notions importantes sont-elles mises en valeur ? : oui -> (+1) ; pas trop ->(0) ; non->(-1)

→ B2 : Y-a-t-il une traduction disponible ? : oui -> (+1) ; non -> (0)

→ B3 : En combien de pages apparaissent les informations sur la trousse à pharmacie ? : 1 page -> (+1) ; 2 ou 3 pages -> (0) ; plus de 3 pages -> (-0.5)

C- Vie du site, fréquence des mises à jour :

- ➔ C1 : De quand date de la dernière mise à jour de la page concernant la trousse à pharmacie ? : moins de 2 ans -> (+2) ; de plus de 2 ans -> (0) ; la date n'est pas renseignée -> (-1)
- ➔ C2 : Le site paraît-il en activité ? : oui -> (+0.5) ; non -> (0)

D- Contacts :

- ➔ D1 : Y-a-t-il un contact général au site ? : oui-> (0) ; non -> (-0.5)
- ➔ D2 : Y-a-t-il un contact spécifique de l'auteur des informations sur la trousse à pharmacie de voyage : oui -> (+0.5) ; non -> (0)
- ➔ D3 : L'auteur est-il un professionnel de la Santé ? : oui -> (+1) ; non ou qualification non renseignée -> (0)

E- Publicité :

- ➔ E1 : La publicité est-elle importante ? : il n'y a pas de publicité -> (0) ; la publicité est présente raisonnablement, c'est-à-dire qu'il n'y a pas de fenêtres de type pop-up, il n'y a pas de bandeau déroulant, la publicité ne représente pas plus d' ¼ de la page -> (-0.5) ; la publicité est gênante -> (-1.5)

F- Ergonomie :

- ➔ F1 : L'accès aux informations sur la trousse à pharmacie de voyage est-il facile ? : oui -> (+0.5) ; pas vraiment -> (0) ; difficile -> (-0.5)
- ➔ F2 : Le site contient-il un moteur de recherche pour faciliter l'accès : oui -> (+0.5) ; non -> (0)
- ➔ F3 : Les informations sur la trousse à pharmacie sont-elles disponibles en version PDF : oui -> (+1) ; non -> (0)

G- Contenu :

- ➔ G1 : Le contenu est-il en accord avec les autres sources officielles ? : note allant de (0) à (+4)
- ➔ G2 : Y-a-t-il des produits ou matériel fantaisiste ? : oui -> (-1) ; non -> (0)
- ➔ G3 : Les conseils sont-ils clairs ? : oui -> (+1) ; non -> (0)
- ➔ G4 : Y-a-t-il un point spécifique sur l'usage des antibiotiques en voyage ? : oui -> (+1) ; non -> (0)
- ➔ G5 : Y-a-t-il un point spécifique sur la prévention du paludisme ? : oui -> (+1) ; non -> (0)

H- Hiérarchisation de la liste :

- ➔ H1 : La liste est-elle hiérarchisée ? oui -> (+1) ; non -> (0)

I- Bibliographie :

- ➔ I1 : La bibliographie est-elle détaillée ? oui -> (+1) ; non-> (0)

Nous avons rassemblé les notations des différentes sources officielles dans le tableau suivant :

Tableau 1: Notations des sources officielles

	OMS	BEH	CDC	NaTHNac	NHS	Safetravel	CCGCV	IMT
A1	0	1	1	0	0	1	0	0
B1	0	1	1	0	1	1	1	1
B2	1	0	1	0	0	0	1	0
B3	0	1	1	-0.5	1	1	1	1
C1	2	2	2	2	-1	0	2	2
C2	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
D1	0	0	0	0	0	0	0	0
D2	0	0	0	0	0	0	0	0
D3	1	1	1	1	1	1	1	1
E1	0	0	0	0	0	0	0	0
F1	0.5	0.5	0.5	-0.5	-0.5	0.5	0.5	0.5
F2	0.5	0	0.5	0.5	0	0.5	0.5	0
F3	1	1	0	1	0	0	1	1
G1	2	2	2	2	2	1	2	2
G2	0	0	0	0	0	0	0	0
G3	0	1	1	1	1	1	1	1
G4	1	1	1	1	0	1	0	1
G5	1	1	1	1	1	1	1	1
H1	1	1	1	0	1	1	1	1
I1	1	1	1	0	0	0	0	0
TOTAL	12	15	15.5	9	7	11.5	13.5	13

Voici le classement qui en découle :

Tableau 2: Classement des sources officielles

1	CDC	15.5
2	BEH	15
3	CCGCV	13.5
4	IMT	13
5	OMS	12
6	Safetravel	11.5
7	NaTHNac	9
8	NHS	7

1.2. Les sites non officiels, commerciaux ou marchands

Après avoir étudié les sources officielles, nous allons maintenant nous intéresser à des sources non officielles. En effet, les sources que nous avons étudiées jusqu'ici ne sont pas forcément les plus simples à se procurer ni les plus aisées à aborder pour un voyageur lambda qui souhaiterait s'informer.

Avec l'avènement d'internet, la recherche d'informations n'a jamais été aussi simple, mais qu'en est-il de la qualité et la fiabilité de cette information en ce qui concerne la constitution de la trousse à pharmacie de voyage ? De très nombreux sites commerciaux, marchands, de voyagistes, de guide de voyage... proposent des conseils et vont même parfois jusqu'à utiliser des discours pseudo-médicaux. Ce sont autant de sources d'informations pour les futurs voyageurs.

Dans un premier temps nous vous exposerons la méthode que nous avons utilisée pour choisir les sources non officielles que nous avons étudiées et dans un second temps, nous vous présenterons les 8 sources non officielles que nous avons choisies d'étudier. Enfin, dans un troisième temps, nous comparerons ces sources aux sources officielles étudiées dans la première partie de cet écrit.

1.2.1. La méthode de choix des sources non officielles

Dans notre première partie, les sources officielles ont été relativement simples à déterminer. En effet, il nous a simplement fallu choisir les pays que nous souhaitions étudier et les sources officielles se sont imposées à nous sans qu'elles puissent être remises en cause.

Pour constituer notre pool de sources non officielles, la question était plus subjective. En effet, il nous fallait des sites non officiels, certes, mais relativement présents et représentatifs de ce que l'on pouvait trouver sur le net à un instant t. Qui saurait dire de tel ou tel site qu'il est plus représentatif, plus officiel parmi les non officiels ? On peut imaginer que chaque futur voyageur a son site préféré.

Afin d'être le plus objectif possible, il nous paraissait intéressant de nous mettre dans la situation d'un futur voyageur lambda qui recherche des informations pour constituer sa trousse à pharmacie avant de partir en voyage.

Le voyageur a tout d'abord toutes les chances d'utiliser le moteur de recherche le plus utilisé dans le monde, à savoir Google®. C'est pourquoi nous avons choisi de nous en remettre aux résultats de ce moteur de recherche.

Une fois le moteur de recherche choisi, il nous a fallu choisir les mots clés de notre recherche. Nous avons déterminé les mots clés de nos requêtes grâce aux dénominations

utilisées dans les sources officielles ainsi que celles qui nous venaient spontanément à l'esprit, comme l'aurait fait notre futur voyageur lambda au moment de sa recherche sur le net. Nous avons identifié les 7 mots/phrases clés suivant :

- **Trousse à pharmacie de voyage,**
- **Trousse à pharmacie de vacances,**
- **Pharmacie de voyage,**
- **Pharmacie de vacances,**
- **Trousse médicale de voyage,**
- **Trousse médicale de vacances,**
- **Kit de santé de voyage** (de la traduction du terme le plus usité en anglais : Travel Health Kit).

Ces 7 mots clés constituent autant de recherches effectuées sur le moteur de recherche Google. A la suite de chaque requête, nous avons noté le nombre de résultats donnés par le moteur de recherche. Ceci nous a permis de nous rendre compte des termes les plus utilisés et les plus présents sur le net. Nous avons ensuite attribué un coefficient à chacune des requêtes en fonction du nombre de pages qu'elle générerait sur le moteur de recherche. Le *Tableau 3* vous présente les suivants obtenus.

Tableau 3 : Nombre de pages générées sur Google® en fonction de la requête réalisée

Numéro de requête	Mots Clés utilisés	Nombre de pages générées	Coefficient attribué
Requête 1	Trousse à pharmacie de voyage	250 000	4
Requête 2	Trousse à pharmacie de vacances	234 000	3
Requête 3	Pharmacie de voyage	6 410 000	6
Requête 4	Pharmacie de vacances	11 800 000	7
Requête 5	Trousse médicale de voyage	105 000	1
Requête 6	Trousse médicale de vacances	132 000	2
Requête 7	Kit de santé de voyage	1 980 000	5

Nous avons ensuite consigné les 20 premières pages qui étaient générées pour chaque requête. Nous avons attribué un rang à chaque page, la première page référencée obtenant le rang 1 et ainsi de suite. A la suite des 7 requêtes, nous avons référencé 64 sites différents. Nous avons voulu classer les 64 sites et les 10 premiers de ce classement seraient ceux étudiés. Afin de tenir compte des pertinences différentes de chaque requête (coefficient attribué de 1 à 7), du nombre de fois où un site apparaissait dans les 7 requêtes ainsi que du rang de la page (de 1 à 20), nous avons utilisé cette formule :

$$Note\ d'un\ site = \sum \left(\frac{Coefficient\ de\ la\ requête}{Rang\ de\ la\ page} \right)$$

A titre d'exemple, le site « Allo Docteur » est apparu suite aux requêtes 2, 4 et 6 (coefficients respectifs 3, 7 et 2) et les pages de ce site étaient référencées respectivement en 11^{ème}, 5^{ème} et 6^{ème} positions. Nous avons donc :

$$Note\ Allo\ Docteur = \frac{3}{11} + \frac{7}{5} + \frac{2}{6} = 2,00$$

De cette manière, nous avons classé les 64 sites qui avaient été référencés lors des différentes requêtes. Les résultats bruts des 7 requêtes sont présentés en **Annexe 1**. Trois sites arrivent largement en tête, le site du *Guide du Routard*, le site *Comment ça marche* et Doctissimo. Viennent ensuite 5 sites un peu moins référencés que les premiers mais tout de même très présents. Les autres sites sont faiblement à très faiblement référencés. Suite à ces résultats, nous avons choisi d'étudier non pas les 10 premiers mais les 8 premiers sites référencés lors de nos recherches. Le Tableau 4 présente les 8 sites en question ainsi que les notes obtenues.

Tableau 4 : Sites sélectionnés pour la suite de notre étude et notes obtenues.

Classement	Site	Note obtenue
1	Guide du Routard	15,22
2	Comment ça marche	12,63
3	Doctissimo	11,77
4	Globe Trotting	5,98
5	Top Santé	5,10
6	Femme Actuelle	4,54
7	SMI Voyage Santé	4,45
8	E-santé	4,11

Il est intéressant de noter que parmi ces sites, aucun des sites officiels précédemment étudiés n'apparaît. Ceci conforte ce que nous évoquons plus haut, à savoir la difficulté d'accès aux sources officielles par un utilisateur lambda. Parmi les 64 sites référencés, un seul des sites officiels étudiés dans notre première partie est référencé, à savoir le site du gouvernement du Canada et il n'arrive qu'en 30^{ème} position de notre classement.

1.2.2. Les sites non officiels choisis et leur analyse

Dans cette partie, nous allons vous exposer en détail l'analyse que nous avons faite des sites non officiels.

Afin d'évaluer puis de comparer chacune de ces sources non officielles avec les sources officielles, nous avons choisi d'adapter la grille de lecture construite dans le chapitre précédent, en y apportant quelques modifications. En effet, dans le critère **contact**, nous avons rajouté la notion de **qualification du rédacteur**. Il nous semble important de savoir si le rédacteur est un professionnel de santé ou pas.

De plus, nous avons rajouté un 9^{ème} élément (la précédente ne contenait que 8 critères) concernant la **publicité et la quantité des liens commerciaux**, critère qui n'avait pas sa place dans la description des sources officielles. Par-là, nous voulons rendre compte de l'indépendance (ou pas) de ces sites, et donc indirectement des conseils associés, vis-à-vis d'un éventuel site marchand.

1.2.2.1. Le site du routard.com [22]

http://www.routard.com/guide_voyage_page/67/trousse_de_medicaments.htm

Le site *routard.com* est le portail internet du **GUIDE DU ROUTARD**® aux éditions Hachette. C'est le premier site éditorial francophone consacré aux voyages. Le site *routard.com* est un site commercial, en effet il offre la possibilité d'acheter les guides. Une billetterie en ligne est aussi proposée (pour l'organisation de voyages : vol, hôtel...).

ACCESSIBILITÉ A L'INFORMATION :

Ce site est de loin le mieux référencé lorsque l'on fait une recherche sur la trousse à pharmacie de voyage sur internet. On peut donc considérer que c'est la source dont l'accessibilité est la meilleure de toutes.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Le site est lisible et les différentes parties sont clairement séparées. Il n'existe aucune version traduite du site alors que le guide est édité en quatre langues étrangères (anglais, espagnol, italien et néerlandais).

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

Le site du *routard.com* est régulièrement mis à jour, de nombreux dossiers, actualités, informations sont très fréquemment ajoutés. Cependant, la date de mise à jour des informations sur la trousse à pharmacie n'est pas renseignée.

CONTACTS, QUALIFICATION DES RÉDACTEURS :

Un contact générique existe, mais aucune information n'est donnée concernant les auteurs des renseignements sur la trousse à pharmacie.

PUBLICITÉ, IMPORTANCE DES LIENS COMMERCIAUX :

Nous remarquons avoir changé de type de source. En effet, le site regorge de publicités en tout genre pour des agences de voyage ou des comparateurs de prix pour des hôtels, des vols, des voyages en train ou des locations de voiture. Concernant la trousse à pharmacie en elle-même, le site donne un lien d'un site partenaire de vente de produits de santé de voyage. Il est intégré dans la rubrique « La boutique du routard », sous la forme « Les produits de nos partenaires ».

ERGONOMIE :

Les informations concernant la trousse à pharmacie sont faciles à trouver. En effet, dans l'onglet « Guide », situé en haut de chaque page du site, il faut sélectionner « Avant de partir » puis « Trousse de médicaments » dans la rubrique « Santé ». La navigation est très intuitive. De plus, le site propose un moteur de recherche qui fonctionne bien.

CONTENU SUR LA TROUSSE :

Le site *routard.com* fait apparaître sur sa page spécifique à la trousse à pharmacie des conseils quant à son élaboration. Les conseils fournis sont les mêmes que ceux fournis par les sources officielles (contenu à adapter...), mais ils sont disséminés à différents endroits dans la page. Le site préconise d'adapter sa trousse à pharmacie au type de voyage et "*au niveau de formation du voyageur en matière de médecine*".

Concernant la trousse en elle-même, les listes proposées, que ce soit celle des premiers soins ou des médicaments, sont très longues avec notamment des éléments tels que les vitamines ou les pastilles pour la gorge. De plus, à travers le matériel de premiers secours viennent se glisser des éléments qui concerne plutôt l'hygiène générale (brosse à dent, mouchoir...).

Concernant les médicaments, de nombreux noms de spécialité sont indiqués, souvent plusieurs pour une même indication. Les DCI n'apparaissent généralement pas. Ce sont les mêmes médicaments qui sont préconisés par les sources officielles.

Concernant les antibiotiques en particulier, il est proposé d'en emporter avec soi mais de ne s'en servir qu'après un diagnostic d'un médecin sur place. Le site du *routard.com* n'a pas signé la charte HONcode que nous décrirons plus tard.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

La liste est hiérarchisée en plusieurs parties : « Petit matériel-hygiène générale » puis « Médicaments de confort », et « Médicaments sur prescription médicale ». On retrouve une hiérarchie assez classique, que nous avons déjà observée dans certaines sources officielles.

BIBLIOGRAPHIE :

Aucune bibliographie n'est proposée. Il n'est pas fait mention des sources officielles.

1.2.2.2. *Le site sante-medecine.net [23]*

<http://sante-medecine.commentcamarche.net/faq/453-preparer-sa-trousse-a-pharmacie-avant-de-partir-en-vacances>

sante-medecine.net est un site à destination du grand public. Il a été créé par un médecin. *Santé-médecine.net* fait partie d'un groupement de sites spécialisés dans plusieurs sujets complètement différents, allant du droit et finance, au hightech en passant par les applications pour smartphone ou l'informatique. Tous ces sites sont regroupés dans un groupe nommé "*Comment ça marche*®".

ACCESSIBILITÉ A L'INFORMATION :

Tout comme le site précédent, le site *sante-medecine.net* arrive en bonne position (deuxième) dans notre classement des sites les mieux référencés suite à une recherche sur la trousse à pharmacie de voyage sur internet. Là encore on peut donc dire que l'accessibilité à ce site est très bonne.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Le site *sante-medecine.net* est facile d'utilisation. La fiche spécifique sur la trousse à pharmacie de voyage est aussi disponible en format PDF, ce qui en facilite la lecture,

l'impression ou la sauvegarde numérique. La fiche sur la trousse à pharmacie est disponible en français et en espagnol.

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

Le site est régulièrement mis à jour, on peut le considérer comme actualisé. Il est à noter qu'une date de mise à jour est donnée pour la page sur la trousse à pharmacie, en l'occurrence, le 9 juillet 2014 (consultée le 20 novembre 2014). La mise à jour de la page en espagnol date par contre de février 2012.

CONTACTS, QUALIFICATION DES RÉDACTEURS :

En bas de chaque article, la personne ayant publié celui-ci ainsi que la personne ayant fait la dernière mise à jour sont citées. Il est précisé que la fiche sur la trousse à pharmacie de voyage a été réalisée en collaboration avec des professionnels de la santé et de la médecine, sous la direction du Docteur Pierrick Hordé. Ce médecin allergologue est directeur de la rédaction du site et a aussi publié de nombreux livres à destination du grand public sur la santé. Pour les personnes inscrites sur le site, il est possible de cliquer sur ces liens afin de leur envoyer un message privé pour leur poser des questions. De plus, un lien permet de poser des questions diverses par l'intermédiaire d'un forum.

PUBLICITÉ, IMPORTANCE DES LIENS COMMERCIAUX :

La publicité n'est pas absente mais elle ne trouble pas trop la navigation.

ERGONOMIE :

A partir de la page d'accueil, il faut cliquer sur l'onglet représentant une maison, puis sur « Conseils pratiques ». Il faut ensuite sélectionner la rubrique « Voyage », et enfin sélectionner « Préparer sa trousse à pharmacie avant de partir en vacances ». Le début de cette recherche n'est donc pas très intuitif.

Cependant, une recherche « Trousse à pharmacie » sur le moteur de recherche interne au site permet de facilement trouver la fiche en question.

CONTENU SUR LA TROUSSE A PHARMACIE :

Le site a signé la charte Health On the Net (HONcode). Cette charte a pour but de certifier certains sites médicaux et de santé sur le web. La fondation HON est une ONG internationale qui est en relation entre autre avec la Haute Autorité de Santé (HAS). Cette charte est basée sur huit principes : [24]

- Autorité : Indiquer la qualification des rédacteurs
- Complémentarité : Complémenter et non remplacer la relation patient-médecin
- Confidentialité : Préserver la confidentialité des informations personnelles soumises par les visiteurs du site
- Attribution : Citer la/les source(s) des informations publiées et dater les pages de santé
- Justification : Justifier toute affirmation sur les bienfaits ou les inconvénients de produits ou traitements de façon balancée et objective
- Professionnalisme : Rendre l'information la plus accessible possible, identifier le webmestre, et fournir une adresse de contact
- Transparence du financement : Présenter les sources de financements
- Honnêteté dans la publicité et la politique éditoriale : Séparer la politique publicitaire de la politique éditoriale

Chacun des sites souhaitant adhérer est visité par un membre de l'équipe HONcode qui vérifie que chacun des huit principes est effectivement respecté par le site.

La page concernant la trousse à pharmacie présente l'essentiel, tout en précisant encore que la trousse est à adapter en fonction du voyageur et du voyage. La liste n'est pas trop détaillée. Aucun nom de spécialité ou de DCI n'est mentionné mise à part le paracétamol. Le site propose des liens hypertextes sur des mots clés un peu techniques qui ouvrent des fiches explicatives très générales et pouvant être utiles au grand public.

Le site précise que ces informations sont issues des recommandations de l'InVS (BEH). En effet, la liste fournie est proche de celle donnée dans le BEH analysée dans notre première partie sur les sources officielles mais des différences existent cependant. Le site ne fait par exemple ni mention des antibiotiques, des antihistaminiques, des dosettes de sérum physiologique ou de la moustiquaire.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

La liste est divisée en trois parties : « Médicaments » ; « Autres produits utiles » ; « En cas de départ avec un enfant ». Cette hiérarchisation est simple, elle ressemble beaucoup à celle du BEH.

BIBLIOGRAPHIE :

Comme indiqué sur le site, le modèle de trousse à pharmacie proposé est issu des publications de l'InVS, certainement le BEH. Une autre « source » est citée, Relaxnews, mais ceci ne correspond pas à une source en tant que telle. En effet, il s'agit d'un agrégateur de sources numériques, une sorte d'agence de presse sur internet. La source de base n'est donc pas citée mise à part celle du BEH.

1.2.2.3. *Le site doctissimo.fr [25][26]*

http://www.doctissimo.fr/html/medicaments/articles/sa_6289_medicaments_trousse_ty pes_produits.htm

<http://www.doctissimo.fr/html/dossiers/vacances/niv2/trousse-pharmacie.htm>

doctissimo.fr est un site internet dédié au bien-être et à la santé. La cible visée est le grand public. Co fondé par les Dr Laurent Alexandre et Claude Malhuret actuellement sénateur, le site doctissimo® a été racheté par le groupe Lagardère en 2008.

ACCESSIBILITÉ A L'INFORMATION :

Tout comme le site précédent, le site *doctissimo.fr* arrive en bonne position (troisième) dans notre classement des sites les mieux référencés suite à une recherche sur la trousse à pharmacie de voyage sur internet. Là encore on peut donc dire que l'accessibilité à ce site est très bonne.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

La lisibilité du site *doctissimo.fr* est dans l'ensemble difficile. En premier lieu, on peut noter que la police du texte en milieu de page est assez petite, et que, les interlignes ne sont pas suffisamment grands, le texte en ressort trop dense et peu attractif pour la lecture.

Un autre point négatif à souligner est le fait qu'une vidéo d'information, réalisée par *doctissimo.fr*, se lance automatiquement. On est alors obligé de la regarder ou de la stopper manuellement, ce qui rend la lisibilité fatigante. De nombreuses publicités viennent se rajouter et polluer la navigation.

La liste classée par « type d'utilisation » est présentée sous forme de tableau avec une colonne concernant le problème, une colonne le médicament ou l'élément et une 3^{ème} colonne avec parfois des conseils. Ceci rend la lisibilité très bonne.

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

Le site *doctissimo.fr* est alimenté chaque jour, de nouveaux articles sont mis en ligne. Il est spécifié que les pages (elles sont au nombre de 3) concernant la trousse à pharmacie en général ont été créés en juin 2009. D'après les informations écrites, seule la page sur les conseils généraux a été mise à jour plus récemment (27/12/2011).

CONTACTS, QUALIFICATION DES RÉDACTEURS :

Le rédacteur des informations sur la trousse à pharmacie de voyage est cité, c'est un pharmacien exerçant en officine. Un contact générique au site, par mail, est possible. De manière générale, tout le contenu est rédigé par des rédacteurs et des professionnels de santé (médecins, sages-femmes, diététiciens, infirmiers, etc.). Il est à noter que les rédacteurs ne sont pas forcément des professionnels de la santé. Le site précise que : « *tout le contenu santé - bien-être est revu et validé par notre rédacteur en chef et notre directeur médical avant publication* ».

PUBLICITÉ, IMPORTANCE DES LIENS COMMERCIAUX :

Il y a de très nombreuses publicités qui apparaissent sur les côtés des pages et qui polluent clairement l'environnement du site. Elles sont changeantes et se renouvellent à chaque visite. Les publicités sont très variées, elles peuvent être en rapport avec la page consultée (vente de trousse à pharmacie toutes faites) ou pas du tout (site récemment visités, vente de voiture, magasin de bricolage... !). De plus, des fenêtres pop-ups publicitaires s'ouvrent de manière intempestive. La place dédiée à l'information sur la trousse à pharmacie ne représente que la moitié de la largeur totale de la page.

ERGONOMIE :

Les pages concernant notre sujet sont assez faciles à trouver. En effet sur la page d'accueil, un onglet « Santé des voyageurs » apparaît, il suffit ensuite de cliquer sur l'un des trois onglets correspondant à la trousse : « Une bonne trousse à pharmacie » ; « La bonne sélection par type de produits » ; « La bonne sélection par type d'utilisation ». Le moteur de recherche interne permet aussi d'accéder à ces informations.

CONTENU SUR LA TROUSSE A PHARMACIE :

Le site *doctissimo.fr* propose des conseils quant à l'élaboration de la trousse, mais aussi deux types de trousse à pharmacie qui regroupent les mêmes produits, mais qui ne sont pas classées de la même manière. L'une est proposée par type de produits, l'autre par type d'utilisation. Cette double classification permet une meilleure compréhension pour le lecteur.

La liste de médicaments est très complète, mais le caractère d'adaptation au voyage et au voyageur est bien rappelé.

Quelques DCI et noms de spécialités apparaissent. Les médicaments cités qui sont sur ordonnance sont accompagnés de la mention concernant le conseil du médecin.

Comme sur beaucoup de sites étudiés, il n'est pas fait mention de la moustiquaire imprégnée. Cet élément nous semble pourtant important dans certains types de voyages.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

Comme nous l'avons fait remarquer plus haut, il est proposé deux listes différentes : « par type de produit » et « par type d'utilisation ».

BIBLIOGRAPHIE :

La bibliographie n'est pas renseignée. Il n'est pas fait mention des sources officielles.

1.2.2.4. *Le site globe-trotting.com* [27]

<http://www.globe-trotting.com/#!check-list-pharmacie-de-voyage/c3iv>

Le site *globe-trotting.com* est un blog sur le voyage en général. Il présente des informations pour la préparation d'un voyage, des idées de destinations, d'itinéraires... Ses créateurs sont des voyageurs qui souhaitent partager leur expérience. Ce ne sont pas des professionnels.

ACCESSIBILITÉ A L'INFORMATION :

Le site *globe-trotting.com* arrive en quatrième position dans notre classement. Cependant, il est à noter que les trois premiers sites cités arrivent bien devant les autres. Bien qu'il apparaisse lors de toutes les requêtes choisies pour réaliser notre classement, il

n'arrive pas forcément toujours dans les premiers sites nommés. On peut donc dire que ce site est moyennement bien référencé.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Le site *globe-trotting.com* est très facile d'utilisation. La fiche spécifique sur la trousse à pharmacie de voyage est aussi disponible en format PDF, ce qui en facilite l'utilisation, l'impression ou la sauvegarde numérique. La trousse y est présentée sous forme d'un tableau illustré par des images à propos, ce qui en facilite également la lecture. Le site n'est proposé qu'en français.

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

Aucune date de création, ni de mise à jour, n'est donnée pour l'article sur la trousse à pharmacie ni pour les autres articles du site. La page *Facebook*[®] de ce site est cependant fréquemment alimentée par la rédactrice en chef du site (Philomène Martinelli). On peut donc supposer que le site est lui aussi régulièrement actualisé.

CONTACTS, QUALIFICATION DES RÉDACTEURS :

Un formulaire de contact général à l'ensemble du site est disponible. Le rédacteur de la fiche sur la trousse à pharmacie n'est pas clairement cité.

PUBLICITÉ, IMPORTANCE DES LIENS COMMERCIAUX :

Aucune fenêtre publicitaire n'apparaît sur le site. Dans une partie du site nommée « La boutique du voyageur », des liens vers des sites commerciaux sont proposés pour l'achat de matériel divers en lien avec le voyage. L'achat de trousse de premiers secours est proposé.

ERGONOMIE :

L'accès aux informations concernant la trousse à pharmacie du voyageur est assez intuitif, en effet il faut sélectionner l'onglet « Pratique » puis « La Trousse à pharmacie de voyage ».

CONTENU SUR LA TROUSSE A PHARMACIE :

Quelques DCI ou noms de spécialités sont mentionnés mais pas de manière systématique.

La liste fait apparaître des articles qui peuvent paraître inutiles comme une crème hydratante pour les mains.

On peut noter notamment que l'Amoxicilline est mentionnée dans la catégorie « Douleur et fièvre » et il n'est nullement fait mention que c'est un antibiotique et qu'il n'est délivré que sur ordonnance.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

En effet la liste est présentée à la fois par type de matériel ou de médicaments, par type d'utilisation et par symptômes.

BIBLIOGRAPHIE :

Aucune source n'est citée. Il n'est pas fait mention des sources officielles.

1.2.2.5. *Le site topsante.com [28]*

<http://www.topsante.com/medecine/medecine-divers/medicaments/soigner/la-trousse-a-pharmacie-des-vacances-10125>

Le site *topsanté.com* est le site internet du magazine *Topsanté* qui est un magazine dédié à la « santé au féminin ». La cible est donc le grand public.

ACCESSIBILITÉ A L'INFORMATION :

Le site *topsanté.com* est classé en cinquième position de notre classement et comme le précédent, il se situe loin derrière les trois premiers sites.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Le site *topsanté.com* est très chargé, les zones réservées à la publicité, aux « outils » et autres simulateurs (calcul de l'IMC ou du nombre de calories brûlées par exemple) empiètent sur l'information. La lecture en est difficile.

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

Le site *topsanté.com* est un site en pleine activité, de nouveaux articles sont publiés tous les jours. Cependant, la page concernant la trousse à pharmacie a été créée le 11/07/2012, et mise à jour le 03/04/2013, aucune mise à jour n'a donc été faite en 2014.

CONTACTS, QUALIFICATION DES RÉDACTEURS :

Il est possible de poser des questions sur le site. Il est spécifié que ce sont des médecins experts qui y répondent (généraliste, gynéco, psychologue, sexologue et nutritionniste). Le nom de la rédactrice de la page sur la trousse à pharmacie est spécifié

(Catherine Cordonnier) sans pour autant que l'on sache si c'est une professionnelle de la santé ou pas.

PUBLICITÉ, IMPORTANCE DES LIENS COMMERCIAUX :

Ici encore, de nombreuses publicités apparaissent sur les côtés des pages pour le magazine « *TopSanté* », mais aussi pour tout autre chose. Des fenêtres pop-ups apparaissent intempestivement lors de la navigation sans aucun lien avec le sujet de la page (publicités pour voitures ou forfait de téléphone mobile...). Des vidéos publicitaires se lancent toutes seules au milieu de la page consultée. On doit les arrêter manuellement et/ou couper le son afin de ne plus être gênés.

ERGONOMIE :

Les informations sur la trousse à pharmacie sont difficiles à trouver parmi de nombreuses informations non spécifiques au voyage. Il faut passer par le moteur de recherche interne au site pour trouver les informations, ou, arriver directement sur la page depuis la recherche Google.

CONTENU SUR LA TROUSSE A PHARMACIE :

Il est spécifié que le modèle de trousse à pharmacie proposé est celui de l'InVS (donc du BEH). Cependant, nous avons pu noter que ces informations ne correspondent pas exactement à la dernière version du BEH (2014). En effet, la liste de *topsanté.com* fait apparaître par exemple des sachets de sucre pour éviter les crises d'hypoglycémie. Cette recommandation apparaît dans le BEH 2009, mais n'apparaît plus dans les BEH 2012 ou 2014.

De plus quelques informations notables n'apparaissent pas, comme par exemple, la nécessité possible d'une moustiquaire imprégnée. Cette information est pourtant donnée dans le BEH 2014.

D'autre part, les médicaments sur ordonnance apparaissant dans la liste du BEH, comme par exemple les antibiotiques par voie orale ou les antihistaminiques, n'apparaissent pas sur cette liste.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

La liste est structurée de la même manière que celle du BEH.

BIBLIOGRAPHIE :

Il est spécifié que le modèle de trousse proposé est celui de l'InVS, donc celle du BEH. Ceci n'est pas (rigoureusement) exact. En effet, les informations ne correspondent pas à la dernière version dudit BEH (2014).

1.2.2.6. *Le site femmeactuelle.fr*[29]

<http://www.femmeactuelle.fr/sante/sante-pratique/trousse-a-pharmacie-de-vacances-00484>

Le site *femmeactuelle.fr* est le site du magazine du même nom, qui est un hebdomadaire féminin. Il ne traite pas que de la santé.

ACCESSIBILITÉ A L'INFORMATION :

femmeactuelle.fr arrive en sixième position de notre classement, sa note (4.54) est du même ordre que les 4^{ème}, 5^{ème}, 7^{ème} et 8^{ème}. L'accessibilité n'est donc pas très bonne.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Outre les publicités qui inondent les pages (cf. partie « Publicité – Importance des liens commerciaux »), le site *femmeactuelle.fr* est lisible correctement. Cependant, les informations sur la trousse à pharmacie sont présentées sur 11 pages différentes ce qui rend la lecture et l'utilisation difficile.

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

Le site *femmeactuelle.fr* est régulièrement mis à jour, de nouveaux articles sont mis en ligne chaque jour. Cependant, la création de la page concernant la trousse à pharmacie date du 10 juin 2009 et aucune mise à jour plus récente n'est mentionnée.

CONTACTS, QUALIFICATION DES RÉDACTEURS :

Les rédacteurs des informations sur la trousse à pharmacie sont nommés. Il n'est pas fait référence à leur qualité de professionnel de santé ou pas.

Dans l'onglet contact du site, l'adresse mail de chacun des rédacteurs est disponible. Il est donc possible de contacter directement les personnes ayant rédigé les informations sur la trousse à pharmacie.

PUBLICITÉ, IMPORTANCE DES LIENS COMMERCIAUX :

Comme sur les sites précédents, de nombreuses publicités apparaissent les côtés des pages, pour la plupart, sans aucun lien avec le sujet. Des vidéos publicitaires s'ouvrent intempestivement. Là encore, la lecture en est rendue pénible.

ERGONOMIE :

Pour trouver les informations sur la trousse à pharmacie, outre l'accès direct via Google, il faut utiliser le moteur de recherche interne au site.

CONTENU SUR LA TROUSSE A PHARMACIE :

La liste proposée nous semble incomplète. En effet quelques oublis importants sont à noter, comme par exemple, la nécessité d'un désinfectant pour les plaies ou d'une moustiquaire imprégnée. Des éléments importants manquent donc à la liste alors que certains produits mentionnés nous semblent d'une nécessité bien relative dans le cadre du voyage, comme par exemple, le produit contre les verrues, le traitement pour les mycoses des ongles ou le flacon d'alcool de menthe.

Tous les médicaments cités sont disponibles sans ordonnance (à l'exception des antipaludéens). Les médicaments sur prescription médicale, potentiellement nécessaires en voyage (comme les antibiotiques), n'apparaissent pas.

De nombreux DCI et/ou noms commerciaux sont cités. Parfois, le nom du laboratoire correspondant ainsi que des prix indicatifs sont aussi indiqués. Deux exemples de trousse à pharmacies toutes faites sont donnés avec un prix indicatif.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

La liste n'est pas vraiment hiérarchisée. Elle est divisée sur différentes pages du site

BIBLIOGRAPHIE :

Aucune bibliographie n'est spécifiée et aucune mention n'est faite d'une source officielle.

1.2.2.7. *Le site smi-voyage-sante.com [30]*

<http://www.smi-voyage-sante.com/fr/content/25-composition-trousse-pharmacie>

Le site *smi-voyage-santé.com* (Service Médical International) est un site commercial de matériel en rapport avec la santé des voyageurs et des expatriés.

ACCESSIBILITÉ A L'INFORMATION :

Le site arrive en septième position de notre classement. Il fait donc partie de notre deuxième groupe dans notre classement.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Du fait de la quasi absence de publicités, la lecture du site est très agréable. On remarque cependant que la taille de la police est un peu trop petite. Le site n'est disponible qu'en français ce qui peut surprendre avec un nom comme « Service Médical International ».

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

Le blog rattaché au site *smi-voyage-santé.com* n'est pas actif depuis octobre 2013. Nous avons envoyé un mail afin d'en savoir plus, et on nous a répondu que l'achat des produits était toujours possible mais que suite à un changement de gestionnaire, ils n'avaient plus le temps d'alimenter le blog. On peut donc légitimement se demander si ce site s'étant clairement recentré uniquement sur sa partie commerciale, mettra à jour les pages de son site (hors blog) et en particulier les informations concernant la trousse à pharmacie.

CONTACTS, QUALIFICATION DES RÉDACTEURS :

Des contacts généraux au site sont disponibles (adresse mail et numéro de téléphone). Les auteurs des informations relatives à la trousse à pharmacie ne sont pas spécifiés mais il est précisé que la rédaction et le choix des produits vendus sont faits par une équipe de médecins et de voyageurs.

PUBLICITÉ, IMPORTANCE DES LIENS COMMERCIAUX :

La « publicité », si on peut la nommer ainsi, se limite à des liens internes vers des produits vendus sur le site. Aucune fenêtre pop-up n'apparaît intempestivement. La navigation n'en est que plus agréable.

ERGONOMIE :

Les informations sur la trousse à pharmacie ne sont pas évidentes à trouver. Après avoir sélectionné l'onglet « Préparer son voyage », il faut cliquer sur « Passeport santé », puis sélectionner « Focus : bien préparer votre trousse à pharmacie ». L'appellation « Passeport Santé » n'est pas très explicite.

CONTENU SUR LA TROUSSE A PHARMACIE :

La liste est adaptée au voyage. L'accent est mis sur l'adaptabilité de la trousse et sur l'importance du côté pratique des éléments à apporter. L'importance de bien choisir son contenant de trousse à pharmacie est mis en avant. Pour les médicaments, les DCI ou noms de spécialités ne sont pas spécifiés.

Quand un produit cité est proposé à la vente sur le site, un lien renvoi vers l'achat de celui-ci.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

La hiérarchisation est découpée en 7 parties, ces parties sont clairement définies.

BIBLIOGRAPHIE :

La bibliographie spécifique aux informations données sur la trousse à pharmacie n'est pas citée. En effet de nombreux liens sont disponibles vers des sources officielles (OMS, BEH...).

1.2.2.8. *Le site e-sante.fr*[31]

<http://www.e-sante.fr/ma-trousse-pharmacie-voyage/actualite/1103>

e-santé.fr est un site, à destination du grand public, qui met en ligne des actualités médicales, des articles médicaux et de santé quotidienne. Lors de notre recherche web, deux pages différentes sont ressorties. La première mise à jour récemment et la deuxième, reprenant le même type d'information mais n'ayant pas été mise à jour depuis 2003. Nous avons choisi de n'étudier que la page la plus récemment mise à jour.

ACCESSIBILITÉ A L'INFORMATION :

C'est le dernier site de notre classement, nous en déduisons donc une accessibilité moyenne.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Le site n'est disponible qu'en français et la présentation avec des titres de différentes grandeurs de police et en couleur, permettent une bonne lisibilité et une vue d'ensemble facilitée. Seul reproche que nous ferions est que la liste est proposée sur deux pages distinctes.

VIE DU SITE, FRÉQUENCE DES MISES A JOUR :

e-sante.fr est mis à jour régulièrement. L'article sur la trousse à pharmacie que nous avons choisi d'étudier a été mis en ligne en juillet 2008 et mis à jour en juillet 2014.

CONTACTS, QUALIFICATION DES RÉDACTEURS:

En bas de chaque article, il est inscrit la personne ayant mis en ligne l'article. Concernant celui de la trousse à pharmacie, la création ainsi que la mise à jour ont été rédigées par la même personne. Un lien permet d'en savoir plus sur les rédacteurs. Dans notre cas, il s'agit d'une journaliste scientifique, tabacologue et rédactrice en chef adjointe du site.

Un contact générique au site est possible par mail ou par téléphone.

PUBLICITÉ, IMPORTANCE DES LIENS COMMERCIAUX :

Le site présente des publicités, mais contrairement à certains sites étudiés précédemment, ces publicités ne sont pas surabondantes. On peut donc dire que sur le site *e-santé.fr*, l'importance de la publicité est raisonnable.

ERGONOMIE :

Sur la page d'accueil, dans l'onglet « Santé pratique », il faut sélectionner « Santé en voyage ». Il faut ensuite cliquer sur l'onglet « Médicaments en voyage » sur le côté de la page. Le moteur de recherche interne au site permet également de retrouver facilement les pages concernant la trousse à pharmacie.

CONTENU SUR LA TROUSSE A PHARMACIE :

Le site a signé la charte HONcode tout comme le site *sante-medecine.net*. La liste proposée est concise mais reprend l'essentiel et contient à notre sens tout le nécessaire sans trop de superflu.

Quelques DCI et spécialités sont reprises dans un souci de clarté pour le lecteur.

Pour certains problèmes rencontrés en voyage, des liens mènent vers des articles à propos donnant de nombreux conseils. Certains conseils sont aussi donnés dans le corps de la liste, mais à notre sens ils ne participent pas à la clarté de l'information.

HIÉRARCHISATION DE LA LISTE :

La liste présente une hiérarchie originale par rapport aux autres sites étudiés. Elle est divisée en 4 parties, avec la première concernant « Les essentiels » qui contient effectivement la base indispensable pour la trousse à pharmacie de voyage. Vient ensuite une partie pour des cas particuliers ou des « susceptibilités particulières » (Insuffisance veineuse, Mal des transports,...). Le lecteur peut donc facilement s'identifier à telle ou telle pathologie et rajouter les éléments nécessaires dans son cas. La 3^{ème} partie, très brève, concerne les voyageurs ayant un traitement chronique. Enfin, la 4^{ème} partie traite des voyages en pays tropicaux et des conseils associés. La liste se lit très bien et suit une certaine logique évitant ainsi tout oubli.

BIBLIOGRAPHIE :

A la fin de l'article étudié, il est spécifié que la source est *Le guide de la santé en voyage* aux éditions Vidal. Ce guide créé en 2003 (1^{ère} édition) a été réédité et mis à jour en 2007 (2^{ème} édition).

1.2.3. Conclusions et comparaison par rapport aux sources officielles.

Pour chacun des critères, nous allons vous présenter une conclusion quant aux sources non officielles, et une comparaison par rapport aux sources officielles précédemment décrites.

ACCESSIBILITÉ A L'INFORMATION :

Au sein des sites non officiels, deux groupes se distinguent, avec un premier groupe de trois sites très bien représentés, puis les 5 autres dans un autre groupe un peu moins bien référencés.

Dans l'ensemble, les sites non officiels sont beaucoup plus accessibles que les sites officiels. Les sites choisis sont ceux qui arrivent en premiers lors d'une recherche sur Google®. Les sites officiels n'apparaissent quasiment jamais dans ces recherches, il faut

vraiment connaître leur existence et leurs publications pour les trouver, il y a peu de chance d'y accéder par hasard.

LISIBILITÉ, CLARTÉ :

Concernant la lisibilité, les sites non officiels restent relativement lisibles. Par contre, contrairement aux sources officielles, ils ne sont que très rarement traduits dans d'autres langues que le français. En effet, un seul site (*sante-medecine.net*) parmi les sites étudiés propose une traduction (espagnol) alors que pour les sites officiels, nous en avons 5 sur 8 qui proposaient au moins une langue étrangère et jusqu'à 6 différentes.

VIE DU SITE, MISE A JOUR DES INFORMATIONS :

Les sites sont de manière générale souvent alimentés par des articles divers, mais les informations sur la trousse à pharmacie ne sont pas forcément accompagnées d'une date de création. Les mises à jour sont pour la plupart des sites assez aléatoires. Ceci dénote par rapport aux sites officiels.

CONTACTS, QUALIFICATION DES RÉDACTEURS :

Les contacts sont cités dans la moitié des cas ce qui est plutôt une bonne chose par rapport aux sources officielles où il est rarement possible de contacter un rédacteur des conseils sur la trousse à pharmacie.

PUBLICITÉ :

Une des plus grandes différences avec les sites officiels est la présence de publicité. Cette publicité est très présente sur la moitié des sites étudiés.

L'ouverture intempestive de fenêtres pop-ups ou de vidéos rend la navigation particulièrement fatigante. En effet, il est fastidieux d'y trouver rapidement et facilement l'information souhaitée. De plus, cette quantité de publicité ne fait que dégrader l'impression que nous avons sur la fiabilité de l'information dispensée.

Seuls 2 des sites commerciaux étudiés ne présentent pas de publicité.

ERGONOMIE :

L'ergonomie de ces sites est dans l'ensemble bonne même si pour certains l'accès aux informations sur la trousse à pharmacie depuis la page d'accueil n'est pas toujours très intuitive.

CONTENU SUR LA TROUSSE A PHARMACIE :

Contrairement aux sources officielles où les listes proposées étaient sensiblement les mêmes, les sources non officielles proposent des listes très hétérogènes. Autant certains sites proposent des listes correctes et assez proches des listes des sources officielles, autant d'autres sites oublient certains éléments primordiaux et en ajoutent des fantaisistes ou inutiles.

Il est à noter, par contre, que dans le cas des antibiotiques, les sites mentionnent souvent qu'ils doivent être accompagnés d'un conseil d'un médecin ou d'un pharmacien ce qui est moins souvent spécifié dans les sources officielles. Ce conseil nous apparaît comme intéressant et prudent.

Cependant, nous avons remarqué que sur certains sites comme le site *routard.com*, la volonté de donner trop d'informations (et parfois des informations douteuses) fait perdre en clarté. Nous n'avions pas noté ce point en consultant les sources officielles.

De nombreux sites commerciaux font apparaître beaucoup de médicaments délivrés sur ordonnance. Sur ce type de site s'adressant à un public non professionnel, ne serait-il pas plus judicieux, de la part des rédacteurs, de ne pas faire mention de ce type de médicaments afin de laisser le rôle au médecin et au pharmacien de respectivement prescrire et conseiller le voyageur à ce sujet ?

D'une manière générale, il n'est pas assez fait mention que le conseil d'un médecin et/ou d'un pharmacien est nécessaire pour constituer la trousse à pharmacie de voyage.

On peut déplorer le fait que les DCI n'apparaissent généralement pas, ce qui peut pourtant parfois aider dans des pays étrangers pour trouver les équivalences.

Sur le site *smi-voyage-sante.com*, l'importance de bien choisir son contenant de trousse à pharmacie est mise en avant, ce qui n'est pas le cas dans les autres sites étudiés.

Les sources officielles n'en font pas non plus mention. Ce point nous semble pourtant important.

Les sites *sante-medecine.net* et *e-sante.fr* ont signé la charte HON code, qui a été décrite précédemment, ceci est un point plutôt positif et rassurant.

HIERARCHIE :

La hiérarchie adoptée est aussi très variable entre les sites. Certains sites adoptent la hiérarchie de sources officielles et d'autres en proposent des différentes. Cette originalité peut, dans certains cas, se révéler intéressante.

BIBLIOGRAPHIE :

Un point noir, et qui l'était tout autant dans les sources officielles, c'est la bibliographie. Dans la majorité des cas elle n'est pas citée, et quand elle est citée, elle l'est de manière trop succincte. Quand la bibliographie est absente ou trop maigre, ce qui est le cas sur *routard.com*, *doctissimo.fr*, *globe-trotting.fr*, *femmeactuelle.fr*, ceci ne rassure pas sur la fiabilité des informations fournies.

Afin de faciliter la lecture de notre comparaison des sites commerciaux entre eux, nous avons construit un tableau de notations. Nous avons utilisé la même notation que celle utilisée par la comparaison des sources officielles.

Les notes de chacun des sites sont rassemblées dans le tableau suivant :

Tableau 5 : Notation des sites commerciaux

	1- Guide du routard	2- Comment ça marche	3- Doctissimo	4- GlobeTrotting	5- topsanté	6- femme actuelle	7- smi-voyage	8- e-santé
A1	1	1	1	0	0	0	0	0
B1	1	1	1	1	1	1	0	1
B2	0	1	0	0	0	0	0	0
B3	1	1	0	1	1	-0,5	1	0
C1	-1	2	0	-1	2	0	-1	2
C2	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0	0,5
D1	0	0	0	0	0	0	0	0
D2	0	0,5	0,5	0	0	0,5	0	0
D3	0	1	1	0	0	0	1	1
E1	-0,5	-0,5	1,5	0	-1,5	-1,5	0	-0,5
F1	0,5	0	0,5	0,5	0	-0,5	0	0,5
F2	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
F3	0	1	0	1	0	0	0	0
G1	2	2	1,5	3	1	2	3,5	2
G2	-1	-1	-1	0	-1	-1	0	0
G3	1	0	0	1	0	1	1	0
G4	1	0	0	0	0	0	1	1
G5	1	0	0	0	0	0	1	1
H1	1		1	1	1	1	1	1
I1	0	1	0	0	1	0	1	1
TOTAL	8	11	8	8,5	5,5	3	10	11

Voici le classement qui en découle :

Tableau 6 : Classement des sites commerciaux

1	<i>e-santé</i> <i>Comment ça marche</i>	<i>11</i>
2	<i>smi-voyage</i>	<i>10</i>
3	<i>Globe Trotting</i>	<i>8.5</i>
4	<i>Doctissimo</i> <i>Guide du routard</i>	<i>8</i>
5	<i>Top Santé</i>	<i>5.5</i>
6	<i>Femme actuelle</i>	<i>3</i>

Nous pouvons constater que d'une manière générale les notes des sites commerciaux sont inférieures de celles obtenues par les sources officielles.

2. Conception de la trousse à pharmacie

2.1. Le cas général

Après avoir observé ce que les sources officielles proposaient comme conseils et préconisations pour la constitution de la trousse à pharmacie de voyage et afin de conclure sur ce chapitre, nous nous permettons de prendre ce qui nous a paru être le meilleur de chacune des sources étudiées pour proposer la liste qui nous semblerait idéale aussi bien sur le fond que sur la forme. Les cas particuliers seront évoqués ultérieurement.

Conseils généraux sur l'élaboration de la trousse à pharmacie :

Une bonne trousse de voyage doit être efficace, légère, avoir un encombrement minimum et résister aux chocs. Son contenu doit être personnalisé en fonction du voyageur et du voyage.

Il est important de vérifier les dates de péremption avant de partir. Il est préférable de choisir une présentation de médicament adaptée. Il faut donc éviter les suppositoires qui fondent à la chaleur, les sirops qui sont lourds et volumineux. Il convient de préférer les formes orales solides (comprimés, gélules, sachets ou lyophilisats). Pour les topiques, les formes unidoses sont moins encombrantes et améliorent conservation. Pour éviter toutes erreurs, le voyageur doit emporter ses médicaments dans leur emballage d'origine et non en vrac. Il est important de rappeler que certains médicaments nécessitent une attestation signée du médecin traitant certifiant que le voyageur a besoin du médicament pour raisons médicales.

Pathologies préexistantes :

Traitement en quantité suffisante pour toute la durée du séjour, prévoir une semaine de traitement en plus pour parer aux imprévus.

Premiers soins :

- Dosettes de sérum physiologique pour le nettoyage d'une plaie,
- Compresses stériles,

- Antiseptique à large spectre (chlorhexidine par exemple) sous forme de lingettes,
- Pansements : gaze, sparadrap, pansements à découper, sutures adhésives, pansements hydrocolloïdes pour les ampoules,
- Bandes.

Matériel :

- Thermomètre,
- Pince à épiler,
- Paire de gant en vinyle,
- Crochet tire-tique.

Protection contre le paludisme :[32]

- Antipaludéen prescrit par le médecin selon la zone visitée,
- Lotion répulsive à appliquer sur la peau. (lotion ayant fait l'objet d'une AMM). *Il faut respecter un délai d'au moins 20 minutes entre l'application d'une crème solaire et l'application d'une lotion répulsive. Le crème solaire doit **TOUJOURS** être appliquée en premier.*
- Moustiquaire imprégnée d'insecticide (perméthrine),
- Insecticides pour l'imprégnation des vêtements (perméthrine). *L'imprégnation est à effectuer avant le voyage.*

Soins oculaires :

- Dosettes de sérum physiologique (qui servent aussi pour le lavage des plaies),
- Collyre antiseptique unidose.

Système digestif :

Pour la diarrhée du voyageur :[33][34][35][36][37]

- Antisécrétoire (racécadotril), adsorbant intestinal (diosmectite)
- Antidiarrhéique moteur (lopéramide), *usage à restreindre pour les situations particulières (pas d'accès aux sanitaires),*
- Antispasmodiques (phlorglucinol),

- Antibiotiques *si le médecin les juge nécessaires pour les formes moyennes à sévères de diarrhées du voyageur* : fluoroquinolones ou macrolides,
- Produits de désinfection de l'eau (DCCNa ou hypochlorite de sodium et ions d'argent),
- Gel hydroalcoolique pour la désinfection des mains.

Constipation :[38]

- Laxatifs stimulants ou micro-lavements pour un effet rapide.

Nausées /vomissements :

- Métopimazine.

Mal des transports :

- Antihistaminiques (diménhydrinate), *mais attention aux somnolences provoquées.*

Douleurs/fièvre :

- Paracétamol.

Réactions allergiques :

- Antihistaminique (cétirizine par exemple).

Protection cutanée :

- Protection solaire : *crème d'indice maximal (préférer une crème waterproof), stick à lèvres protecteur,[39]*
- Piqures d'insectes : crème apaisante et antiprurigineuse.

Prévention des Maladies Sexuellement Transmissibles :

- Préservatifs de Norme Française.

2.2. L'accès au médicament

2.2.1. Le problème de la contrefaçon [40]

Une distinction est à faire entre la notion de « médicament contrefait » et « médicament falsifié ». Selon la Directive Européenne 2011/62/UE du 16 mai 2011, le médicament dit « contrefait » désigne un médicament non conforme à la législation de l'Union européenne en matière de droits de propriété intellectuelle et industrielle, notamment les marques déposées et les brevets. La notion de médicament falsifié s'affranchit alors de la propriété intellectuelle afin de focaliser sur le faux médicament et ses dangers relatifs à la santé publique.

La Directive s'attache donc à parler de médicament « falsifié » dans le cas où la présentation pharmaceutique comporte une fausse présentation de:

- **son identité**, comprenant son emballage et son étiquetage, sa dénomination ou sa composition, et ceci sur l'ensemble de ses composants, y compris les excipients, et du dosage de ces composants,
- **sa source**, se rapportant à son fabricant, son pays de fabrication, son pays d'origine ou du titulaire de son autorisation de mise sur le marché,
- **son historique**, intégrant des enregistrements et des documents relatifs aux circuits de distribution utilisés.

Selon l'OMS, dans la plupart des pays industrialisés dotés de systèmes réglementaires et de contrôles du marché efficaces (Australie, Canada, Japon, Nouvelle-Zélande, Etats-Unis et la plus grande partie de l'Union européenne), l'incidence de la contrefaçon de médicaments est très faible : elle représente moins de 1 % de la valeur du marché. En France, seuls sont concernés les particuliers qui feraient une démarche irresponsable de commande sur le web auprès de sites non sécurisés.

Par contre dans de nombreux pays en développement d'Afrique, d'Asie ou d'Amérique du Sud et dans les pays émergents, la proportion de médicaments contrefaits y est beaucoup plus élevée, pouvant atteindre 20 à 30 % du marché.

Pour lutter contre ce fléau, en 2006, l'OMS a mis en place le Groupe spécial international de lutte anti-contrefaçon de produits médicaux (IMPACT en anglais), composé de représentants d'organisations internationales, d'organismes chargés du contrôle et de la répression, de l'industrie pharmaceutique et d'organisations non-gouvernementales.

Parallèlement, l'Institut de recherche contre la contrefaçon de médicaments (IRACM), basé en France, regroupe plusieurs organisations internationales et associations. Dans son rapport [40], cet institut met l'accent sur la falsification et rapporte qu'un médicament sur 3 serait contrefait dans certains pays africains, asiatiques ou d'Amérique latine et un médicament sur 5 serait contrefait dans les anciennes républiques soviétiques. La Chine, l'Inde et dans une moindre mesure la Russie restent les principales sources de production de médicaments contrefaits mais des pays comme le Nigeria et les Philippines sont également cités.

Du fait du faible impact de la contrefaçon pharmaceutique dans notre vie quotidienne de citoyen Français, le voyageur français peut être un peu naïf quant à ce sujet. Il est donc très important d'accorder de l'importance à l'information du patient. Pour éviter les risques liés à la contrefaçon dans un pays où il est nécessaire d'y faire attention, le meilleur moyen pour un voyageur est de ne consommer que des médicaments qu'il a apportés de France. Mais, en pratique, ceci n'est pas forcément toujours réalisable. En effet, l'imprévu fait que le voyageur peut avoir besoin de se procurer des médicaments sur place.

Pour les traitements chroniques et les médicaments usuels, le voyageur doit en emporter suffisamment pour la durée du voyage, et en prévoir environ 30 % de plus, pour palier à l'imprévu (perte, vol, retard,...). Il doit répartir le traitement dans ses bagages (entre le bagage à main et le bagage en soute). En cas de problème de santé sur place, le patient doit consulter un médecin (liste disponible dans les ambassades). Lors d'un achat de médicaments, le voyageur doit s'assurer de l'intégrité de l'emballage et de l'absence d'anomalie visible sur la boîte, la notice, le blister, ou sur les médicaments eux-mêmes.

2.2.2. L'accès au médicament à l'étranger

Il faut partir du constat que tous les médicaments ne sont pas disponibles partout à l'étranger. L'achat d'un médicament ne doit s'effectuer que dans les circuits officiels de distribution (principalement pharmacies). Le voyageur peut se renseigner auprès des ambassades, des consulats, des ONG, des médecins occidentaux en poste localement.

Dans le cas d'un voyage au long cours dans une région du monde où l'accès au médicament n'est pas évident, et dans le cas d'un traitement par un médicament spécifique (exemple d'un traitement anti-rejet). Pour prévoir l'approvisionnement en médicament du patient tout au long de son voyage, il est possible de contacter le laboratoire. En effet le pharmacien chef de produit, pourra renseigner des différents lieux de distribution du médicament en question. On remarque que cette recherche d'information prend naturellement beaucoup de temps et d'énergie.

2.2.3. Obtention de la Carte Européenne d'Assurance Maladie

Lors d'un voyage en Europe, dans un Etat de l'Union Européenne ou en Suisse, il convient de se procurer la Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM) [41]. Elle permet d'attester des droits à l'assurance maladie et de bénéficier d'une prise en charge sur place des soins médicaux, selon la législation et les formalités en vigueur dans le pays de séjour.

La CEAM est individuelle et nominative. Chaque membre de la famille doit avoir la sienne, y compris les enfants de moins de 16 ans. Les cartes délivrées depuis le 1er juillet 2014 sont valables pour une durée de 2 ans.

Au moins 15 jours avant le départ, il faut demander la CEAM auprès de la caisse d'Assurance Maladie. Aucun document n'est à fournir lors de la demande. La demande se fait soit par internet en se connectant sur son compte ameli (*ameli.fr*) [41], soit par téléphone au **36 46**, ou en se déplaçant à sa caisse d'Assurance Maladie. Si le départ se fait dans les 15 jours, la caisse d'Assurance délivre un certificat provisoire, valable 3 mois.

Dans un pays membre de l'UE ou en Suisse, pour attester de ses droits à l'Assurance Maladie, le voyageur doit présenter sa CEAM, il bénéficiera alors de la prise en charge de

soins médicaux selon la législation et les formalités en vigueur dans le pays de séjour. Soit le voyageur n'aura pas à faire l'avance des frais médicaux, soit il devra faire l'avance et devra se faire rembourser sur place auprès de l'organisme de sécurité sociale du lieu de séjour.

Si le voyageur a oublié sa carte, ne l'a pas présentée, ou a effectué l'avance des frais sans demander le remboursement sur place, ou bien encore, si il a fait appel à la médecine privée, celui-ci pourra éventuellement se faire rembourser à son retour en France. Pour cela, il doit conserver les factures acquittées et les justificatifs de paiement et les adresser, accompagnés du formulaire S3125 (disponible sur le site *ameli.fr*), à sa caisse d'Assurance Maladie.

2.2.4. Assurance santé et rapatriement de l'étranger

2.2.4.1. Assurance maladie

Pour les séjours inférieurs à six mois, il est recommandé de contracter un contrat d'assurance couvrant les frais médicaux non pris en charge par l'Assurance maladie française. Pour les séjours dépassant six mois effectifs, il est indispensable de contracter un contrat d'assurance maladie auprès de la Caisse des français de l'étranger ou d'un assureur privé.

Les renseignements sur les démarches et les documents nécessaires pour avoir une assurance maladie lors des voyages se trouvent sur le site de l'Assurance maladie, que ce soit pour les voyages en Europe ou hors d'Europe :

- <http://www.ameli.fr/assures/droits-etdemarches/a-l-etranger/index.php>
- <http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs>

2.2.4.2. Assistance et rapatriement

L'assistance aux voyageurs est différente de l'assurance maladie (remboursement des soins). Le rapatriement sanitaire est l'une des possibilités offerte par un contrat d'assistance. Pour les séjours supérieurs à trois mois effectifs, il est recommandé de souscrire un contrat d'assistance spécifique.

Pour les séjours inférieurs à trois mois, de nombreux contrats d'assistance sont liés aux contrats d'assurances habitations, véhicules, ou liés aux cartes bancaires.

2.2.5. Procédure de la délivrance, en France, de plus de un mois de traitement en vue d'un voyage supérieur à un mois

Pour un séjour de plus d'un mois à l'étranger (maximum six mois par an), le pharmacien peut délivrer une quantité suffisante de médicaments, sous réserve d'un accord préalable de la caisse d'assurance maladie. Pour cela, le médecin doit rédiger l'ordonnance en y précisant son accord pour la délivrance en une seule fois. Ensuite le patient doit envoyer cette ordonnance accompagnée d'une attestation sur l'honneur précisant les renseignements administratifs (nom, prénom, adresse, téléphone, numéro d'immatriculation, nationalité), le lieu de séjour, la date de départ, la durée du séjour et le motif du séjour. L'assurance maladie établie un accord ou un refus, qui devra être présenté pour la délivrance chez le pharmacien. Les détails de cette procédure sont disponibles sur le site *ameli.fr*. [42]

2.3. Les cas particuliers et leur traitement chronique

2.3.1. Transport aérien et médicaments

2.3.1.1. Règlement européen en matière de transport des médicaments en avion

Le transport de médicaments d'un pays à l'autre étant réglementé, le voyageur doit être en mesure de présenter aux douanes les ordonnances correspondantes, voire des autorisations spéciales. Les médicaments doivent être transportés avec leur emballage et leur notice afin d'éviter toute confusion. En gardant l'emballage d'origine, les autorités peuvent vérifier le caractère non frauduleux du médicament, en consultant le code *datamatrix*. C'est dans le règlement européen 185/2010 fixant des mesures détaillées sur la sûreté de l'aviation civile, qu'apparaît la réglementation en matière de transport de médicaments en cabine. Toute l'Union Européenne a adopté la même réglementation quant au transport de médicaments en avion en partance de l'UE et quelle que soit la destination ou la nationalité de la compagnie aérienne.

De manière générale, les médicaments solides (comprimés, gélules, et autres) peuvent être transportés en cabine ou en soute. Les stupéfiants sont un cas à part et nécessitent des autorisations spéciales. Nous aborderons le cas particulier de la méthadone ultérieurement.

Les médicaments sous forme liquide ne peuvent être embarqués en bagage de cabine que si le passager est en mesure de présenter l'ordonnance aux agents de contrôle au portique. L'ordonnance doit détailler tous les éléments du traitement pris pendant le voyage, les médicaments doivent apparaître en DCI. Muni de la prescription, le passager est autorisé à transporter les quantités nécessaires à la durée totale du séjour : vol, temps de séjour et vol de retour.

Les seringues, les aiguilles hypodermiques et les injecteurs sont permis dans les bagages de cabine et dans les bagages enregistrés. Mais comme pour les médicaments, le voyageur doit avoir sur lui un courrier de son médecin confirmant le type de traitement qu'il utilise et pourquoi il l'utilise. Les courriers du médecin traitant doivent de préférence être rédigés en français et anglais.

2.3.1.2. Bagages égarés ou perdus

Selon la Société Internationale de Télécommunication Aérienne (SITA), en 2012, 1% environ des passagers aériens dans le Monde, ont eu la mauvaise surprise de ne pas retrouver leur bagage de soute sur le tapis roulant à l'arrivée. Mais, la moitié des malchanceux a pu récupérer le bagage dans les 36 heures. Ces constatations nous confortent dans l'idée qu'il est important de conseiller de répartir, dans les bagages en soute et bagages cabines, les traitements des voyageurs lorsque ceux-ci sont importants.

2.3.2. Transport de médicaments stupéfiants détenus dans le cadre d'un traitement médical

Concernant les règles à respecter pour le transport personnel de médicaments stupéfiants détenus dans le cadre d'un traitement médical, il existe deux procédures distinctes selon le lieu de destination : pays de l'espace Schengen ou pays n'en faisant pas partie. [44]

2.3.2.1. Dans l'espace Schengen

D'un point de vue réglementaire, la convention d'application de l'Accord de Schengen, signée en 1990, prévoit en son article 75, les règles applicables au transport personnel de médicaments stupéfiants ou soumis à la réglementation des stupéfiants dans l'espace Schengen. Cet espace est, à ce jour, composé de 24 Etats : l'Allemagne, l'Autriche, la Belgique, le Danemark, l'Espagne, la Finlande, la France, la Grèce, l'Islande, l'Italie, le Luxembourg, les Pays-Bas, la Norvège, le Portugal, la Suède, la Suisse, l'Estonie, la Hongrie, la Lettonie, la Lituanie, Malte, la Pologne, la Slovénie, la Slovaquie et la République Tchèque. Il est intéressant de rappeler que le Royaume-Uni ne fait pas partie de l'espace Schengen, la réglementation appliquée est donc celle décrite ultérieurement (partie 2.4.2.2.).

En France, cet article est mis en application par le décret n° 95-304 du 21 mars 1995 et les modalités sont précisées par la circulaire du Directeur Général de la Santé n°2011/88 du 12 octobre 2011.

Procédure :

Toute personne résidant en France, quelle que soit sa nationalité, et transportant des médicaments soumis à la réglementation des stupéfiants, doit se munir d'une autorisation de transport. Ceci afin de justifier la nature licite des médicaments lors d'un déplacement dans un pays de l'espace Schengen.

Cette autorisation est délivrée à la délégation départementale de l'ARS où le médecin prescripteur est enregistré. Au moins trois semaines avant son départ, le patient doit s'y présenter muni de sa pièce d'identité et de l'original de son ordonnance. Sur place, la feuille cerfa (183-03) est remplie, puis signée par le médecin inspecteur de la Santé. Pour information, la délégation départementale de l'ARS du Maine-et-Loire a effectué cette procédure 4 fois en 2014. Cette autorisation est valable 30 jours et les quantités transportées ne doivent pas dépasser la durée maximale de prescription.

2.3.2.2. *En dehors de l'espace Schengen*

Hors espace Schengen, chaque pays applique ses propres dispositions. Le patient doit donc, préalablement à son déplacement, se renseigner auprès des ambassades ou des consulats du pays de destination sur les règles en vigueur dans ce pays.

On peut conseiller également de consulter le site *indro-online.de* [45] Ce site crée par un médecin allemand, présente une fiche par pays renseignant sur la législation en vigueur quant à l'importation dans le pays de méthadone, buprénorphine ou codéine. Les informations contenues sur ce site sont d'une manière générale récemment mises à jour. Sa consultation ne dispense pas de se renseigner auprès de l'ambassade, du consulat, ou du site du ministère des affaires étrangères (<http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/>).

En France, deux procédures distinctes sont prévues pour un voyageur se déplaçant vers un pays hors espace Schengen, selon que la durée du séjour est inférieure ou supérieure à la durée maximale de prescription.

Si la durée du séjour est inférieure ou égale à la durée maximale de prescription, la prescription médicale reste le seul document requis. Elle doit prendre la forme d'une lettre rédigée en anglais qui détaille la prise en charge (nom du prescripteur, dosage, durée de prescription). Elle doit être présentée à la demande des autorités compétentes de contrôle.

Si la durée de séjour est supérieure à la durée maximale de prescription, le patient doit être muni de l'original de la prescription médicale et d'une attestation de transport délivrée par l'Agence Nationale de Sécurité du Médicament et des produits de santé (ANSM) à sa demande. La demande comporte l'indication du pays de destination, la durée de séjour, la quantité et le dosage du médicament transporté, la prescription médicale ainsi qu'un certificat médical par lequel le médecin ne s'oppose pas au déplacement du patient sous traitement. Les demandes doivent parvenir à l'ANSM au moins 10 jours avant la date prévue de départ. Pour obtenir l'attestation, le patient doit contacter le département *Stupéfiants et Psychotropes* (Tel : 01 55 87 35 91/93). Lorsque le déplacement est de très longue durée, le

patient peut obtenir, en cas de besoin, une prolongation de son traitement dans le pays d'accueil.

Le cas particulier du transport de la méthadone sous la forme gélule :

La demande d'attestation de transport pour ce médicament devra comporter en plus des pièces précédemment citées :

- un certificat du médecin précisant :

→ Que la forme gélule a été indiquée en relais de la forme sirop,

→ Que le patient a été traité par méthadone sirop pendant au moins 1 an et est stabilisé sur le plan médical et des conduites addictives,

→ Que le patient est stabilisé sous méthadone gélule,

→ Qu'un protocole de soins a été mis en place entre le patient, le médecin traitant et le médecin conseil de la caisse primaire d'assurance maladie.

- dans le cas d'un renouvellement, la copie de la primo- prescription effectuée par un médecin d'un CSST [Centre de Soins Spécialisés aux Toxicomanes, nouvellement CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie)] ou d'un service hospitalier spécialisé dans les soins aux toxicomanes.

2.3.2.3. Cas particulier de la codéine et de ses dérivés

Certaines substances comme la codéine et ses dérivés sont autorisés en France dans des spécialités avec ou sans ordonnance. La codéine et ses dérivés sont utilisés pour leurs propriétés antalgiques et antitussives. Dans certains pays assez stricts sur le transport de substances stupéfiantes, l'importation de la codéine et de ses dérivés est interdite.

Durant l'été 2014, 2 touristes françaises en ont fait l'amère expérience. En effet, elles ont été arrêtées à la frontière géorgienne, où elles y avaient passé leurs vacances, pour détention de Dafalgan® codéiné. Le Dafalgan® codéiné est délivré sous prescription médicale en France, mais n'est pas soumis à la législation des stupéfiants. Elles sont restées bloquées

en Géorgie quelques jours, et ont dû payer une amende. Il faut savoir qu'en matière de transport de stupéfiant, la loi du pays s'impose. Le consulat ou l'ambassade française ne peuvent pas faire grand-chose.

La liste des produits autorisés ou non varie en fonction des pays, c'est pourquoi il est impératif de se renseigner préalablement. Le site internet du ministère des Affaires étrangères a dédié une rubrique entière à cet effet, intitulée "conseils aux voyageurs", onglet « Entrée/Sortie ».

S'il est parfois difficile de trouver une réponse précise à certaines interrogations, le plus sûr est de contacter directement l'ambassade de France dans le pays concerné. On peut conseiller au patient de consulter également le site *indro-online.de* que nous avons décrit précédemment. Dans tous les cas, il faut conseiller au voyageur d'avoir sur lui une ordonnance, traduite dans la langue du pays, justifiant du traitement transporté.

2.3.3. Le voyageur séropositif au VIH

2.3.3.1. Généralités

Aujourd'hui, grâce au traitement antirétroviral (TARV) qui améliore leur état de santé et leur pronostic vital, les personnes contaminées par le VIH sont de plus en plus susceptibles de voyager ce qui risque de les exposer à d'autres maladies. [46]

Il faut considérer les personnes infectées par le VIH asymptomatiques, et/ou avec des CD4 supérieures à 350/mm³, comme des voyageurs habituels. A l'inverse, les patients ayant des CD4 inférieurs à 200/mm³ sont potentiellement plus à risque, il convient donc de se limiter à des séjours brefs (2 ou 3 semaines). Entre 200 et 300 CD4/mm³, l'évaluation dépend de la destination, de la durée du séjour.

On peut conseiller au voyageur atteint du VIH d'emporter avec lui son dossier médical contenant : un compte-rendu médical rédigé en anglais par le médecin, l'ordonnance du traitement régulier, un certificat médical pour le matériel d'injection. Pour un voyageur atteint du VIH, qui veut voyager dans l'UE ou en Suisse, il est fortement conseillé de se procurer la Carte Européenne d'Assurance Maladie.

Il existe des restrictions aux voyages dans certains pays en fonction du statut sérologique pour le VIH, ils peuvent avoir un accès interdit du fait même de leur séropositivité. Cela dépend de la durée et du type de séjour demandé (tourisme, professionnel, étudiant, ...), mais 23 % des pays de l'OMS sont concernés par de telles restrictions. Le voyageur doit se renseigner auprès des autorités (ambassades, consulats) ou de ce site : <http://aids.about.com/od/legalissues/a/travelidi.htm> . Ce site rassemble les exigences de nombreux pays à ce sujet. La nécessité d'accès à des services médicaux pendant le voyage peut limiter la zone de voyage.

En ce qui concerne les vaccinations, les indications sont les mêmes que pour tout voyageur. Il faut garder à l'esprit que le risque, y compris pour la fièvre jaune, est davantage une moins bonne réponse immunitaire que des effets secondaires post-vaccinaux. La vaccination contre la fièvre jaune est autorisée au-dessus de 200 CD4/mm³. [46]

De même les indications à la prévention du paludisme sont superposables à celle du voyageur immunocompétent avec les mêmes molécules et les mêmes posologies, sachant que le risque de formes graves est plus élevé chez le voyageur séropositif.

Durant le séjour, le sujet immunodéprimé est sensible aux agents infectieux habituels, peut-être à des doses infectantes plus faibles, mais surtout à des agents opportunistes dont certains sont peu connus.

2.3.3.2. Restrictions et gestion du traitement antirétroviral

Pour rappel, le traitement antirétroviral (TARV) inhibe la réplication du VIH (l'ARN-VIH devient indétectable dans le plasma) et restaure partiellement l'immunocompétence (augmentation du nombre de CD4). Le schéma thérapeutique comprend généralement trois médicaments antirétroviraux (trithérapie). Une observance rigoureuse est indispensable pour éviter l'apparition d'une résistance et le traitement ne doit pas être interrompu. [47]

Les voyageurs doivent de préférence suivre un schéma thérapeutique stable depuis 3 mois avant d'entreprendre un long voyage et l'ARN VIH plasmatique (s'il peut être recherché) doit être indétectable. Les personnes chez qui l'infection à VIH a été récemment

diagnostiquée et qui ont un taux de CD4 <200 cellules/mm³ doivent de préférence différer leur voyage jusqu'à ce que le TARV améliore leur titre de CD4, en particulier si elles doivent se rendre dans des pays où l'hygiène, l'assainissement et les soins médicaux sont insuffisants. Ce temps d'attente réduira le risque d'infections liées au voyage et permettra de déterminer si les antirétroviraux sont efficaces et bien tolérés. Il est constaté que les changements dans les habitudes quotidiennes liés aux voyages entraînent une moins bonne observance du traitement ARV. Il convient donc d'aborder ce sujet avec le voyageur. Le traitement par antirétroviraux induit un risque accru d'interactions médicamenteuses.

L'échelonnement des prises devra être adapté si le voyageur change de fuseaux horaires : l'intervalle entre les doses doit de préférence être écourté et non prolongé. Les horaires de prise peuvent généralement être ajustés en ajoutant ou retranchant 1 heure par jour jusqu'à atteindre l'heure souhaitée. Pour les voyages de courte durée (1 à 2 semaines), il peut être plus simple de conserver les heures de prise du lieu de résidence.

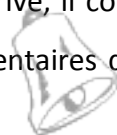
Il n'y a pas de prescriptions particulières pour le stockage des antirétroviraux, qui peuvent être conservés à température ambiante. Il est conseillé au voyageur, lors d'un voyage en avion de répartir ses médicaments entre les bagages en soutes et les bagages à main.

2.3.4. Le voyageur diabétique

2.3.4.1. Généralités

Avant toute chose, le voyageur diabétique doit veiller à être stabilisé avant d'entreprendre un voyage. Il serait imprudent d'entreprendre un voyage en cas de diabète instable ou déséquilibré.

D'autre part, de manière générale, il est conseillé de prévoir une quantité de médicaments suffisante pour toute la durée du séjour (insuline, sulfamides hypoglycémiantes, glucagon...) car le matériel peut ne pas être disponible sur place. Il est même conseillé d'en prendre une quantité supérieure à la durée totale du séjour (30%) afin de pallier les imprévus. Lors de toute la durée du voyage, il convient de répartir le traitement dans tous les bagages, le risque de tout perdre en sera diminué. Quoiqu'il arrive, il convient aussi de toujours prévoir une autonomie de traitement et de denrées alimentaires de 24h, sur soi.



Dans le cas d'une perte ou d'un vol de bagages le voyageur aura le temps pour se réapprovisionner en traitement.

Il faut savoir que l'insuline se conserve 1 mois à une température inférieure à 26°C et plusieurs mois à 4°C. Mais, les températures très froides (inférieures à 0°C), peuvent entraîner une perte de stabilité et d'activité. Concernant les stylos de glucagon, ils se conservent idéalement entre 4 et 8°C, mais peuvent se conserver jusqu'à 18 mois à 25°C. Leur conservation est donc moins drastique que celle de l'insuline mais ils ne doivent cependant pas être exposés à de fortes chaleurs. Le voyageur doit donc être bien informé à ce sujet afin de prendre les précautions nécessaires.

D'un point de vue administratif et des papiers à emporter, le voyageur diabétique doit emporter les documents classiques (passeport, carte d'identité, visa, assurance, carnet de vaccination,...). S'il part en France, il ne doit pas oublier sa carte vitale, et s'il part dans un pays de l'Union européenne-Espace économique européen (UE-EEE) ou en Suisse, il doit amener sa Carte européenne d'assurance maladie (CEAM), comme tout autre voyageur d'ailleurs. Le voyageur diabétique doit également avoir sur lui sa carte de diabétique traduite en anglais. Voici une adresse pour l'impression de celle-ci :

http://www.afd.asso.fr/sites/default/files/Carte_diabetique.pdf

Il est également prudent de conseiller au voyageur d'emporter une ordonnance de secours traduite en anglais ou dans la langue du pays, et de détenir une ordonnance avec la liste du matériel emporté et autorisant le transport d'insuline.

2.3.4.2. Diabète et transport

Lors d'un transport en avion, pour plusieurs raisons, les risques d'hypoglycémie ou d'hyperglycémie sont augmentés de manière de manière significative.

Concernant la conservation des traitements, les températures très froides (inférieures à 0°C), peuvent entraîner une perte de stabilité et d'activité, en particulier pour l'insuline ce qui pourrait poser un problème lors de la conservation des traitements en soutes. Cela dit, dans la quasi-totalité des cas, la soute à bagages est maintenue à une température supérieure à 4 °C (entre 8 et 9°C chez Air France® par exemple). Le risque de gel est donc tout à fait négligeable. Il vaut néanmoins mieux envelopper l'insuline disposée en soute dans

un sac isotherme afin de prévenir complètement ce risque. Ceci est d'autant plus important si le voyage est effectué avec une autre compagnie aérienne. En effet, aucun consensus n'existe en la matière et il vaut donc mieux se renseigner auprès de la compagnie aérienne avant le départ. En cabine, une petite glacière peut être utilisée pour le transport afin de maintenir une température proche des 4°C. Il convient d'éviter les blocs réfrigérants pour éviter un gel à leur contact. [48][49]

Autre problème, avec les réglementations en vigueur et la lutte anti-terroriste, le transport de son traitement peut s'avérer être compliqué. Pour éviter tout problème de contrôle, il est conseillé de transporter tout le matériel liquide ainsi que les aiguilles dans leur emballage d'origine. Le voyageur devra aussi avoir sur lui une lettre de son médecin certifiant qu'il doit avoir sur lui ce traitement. Cette lettre doit être, de préférence, rédigée en anglais et les différentes DCI doivent y apparaître. [50]

Lors du transport en avion, le diabétique doit surveiller sa glycémie toutes les trois à cinq heures. Pour cela, il doit prévoir d'être réveillé régulièrement par un réveil ou par un voisin en cas de repos. Le diabétique ne doit jamais faire une injection d'insuline tant qu'il n'est pas sûr que le repas soit servi rapidement. Il est important aussi que le patient garde sa montre à l'heure de la ville de départ afin de savoir où il en est dans son schéma. Le diabétique devra aussi veiller à boire suffisamment pour éviter la déshydratation. Un conseil important à lui donner, est le fait qu'une douzaine d'heures d'inactivité complète peut entraîner une hyperglycémie et qu'une alimentation insuffisante peut être la cause d'une hypoglycémie. Il faut qu'il prenne bien conscience que la gestion de son diabète est complètement bouleversée lors de ces transports en avion où il vit avec un emploi du temps décalé et que les repas sont servis de manière un peu anarchique par rapport à son habitude. L'idéal est que le patient se fasse connaître auprès du personnel de bord.

Lors des transports en voiture, la gestion des températures pose aussi problème. Il conviendra de ne pas disposer l'insuline et le glucagon dans des endroits trop exposés au soleil (tableau de bord, plage arrière). L'idéal est de les entreposer dans une glacière dans le coffre en faisant attention à ne pas mettre en contact direct le pain de glace et l'insuline ou glucagon.

2.3.4.3. *Diabète et décalage horaire [51]*

Le décalage horaire peut être à l'origine d'un décalage thérapeutique et s'avérer alors être une potentielle source de complications, en particulier lorsque la chronologie des prises doit être rigoureuse. Il est nécessaire de planifier un schéma thérapeutique précis et adapté au décalage horaire. Celui-ci doit inclure les horaires de départ et d'arrivée aussi bien pour le voyage aller que retour. Il dépendra aussi du nombre d'heures de décalage horaire, du nombre d'heures de vol, des escales et de leur durée. Il convient de bien s'assurer que le patient a été clairement informé sur ce point afin d'éviter toute complication.

En effet, comme nous l'avons déjà évoqué précédemment, le risque de faire des épisodes hypoglycémiques augmente en voyage à cause de nombreux facteurs : repas décalés ou annulés, décalage horaire, fatigue... De plus, la fiabilité des lecteurs glycémiques peut être compromise sous des chaleurs extrêmes. Il faut donc toujours avoir du Glucagon® et une collation (sucres rapides) sur soi, ainsi que dans le bagage à main.

→ Gestion du décalage horaire chez le diabétique insulino-dépendant :

Environ 3% des voyageurs internationaux sont diabétiques insulino-dépendants. [52]

Nous rappelons que le traitement du diabétique de type 1 repose sur deux sortes d'insuline :

- l'insuline basale ou lente qui couvre les besoins journaliers en insuline,
- l'insuline rapide qui couvre quant à elle les besoins liés aux apports glucidiques des repas.

Les schémas thérapeutiques sont très différents d'un patient à l'autre. L'adaptation du traitement selon le décalage horaire doit donc être planifiée à l'avance avec le diabétologue ou le médecin traitant, mais le pharmacien est aussi là pour informer le patient. [53]

- Si le décalage horaire est inférieur à 3-4h entre le pays de départ et le pays d'arrivée, l'adaptation se fera en décalant petit à petit l'insuline (lente ou intermédiaire si le schéma comprend un mélange d'insuline) d'une heure par jour jusqu'à se caler sur les horaires du pays visité.

- Si le décalage horaire est supérieur à 3-4 heures, l'adaptation se fera en rajoutant une injection d'insuline intermédiaire entre deux prises du schéma classique, dans le cas bien sûr où un repas ou une collation supplémentaire est prise.
- En cas de voyage vers l'Est, les journées s'accourcissent, et il faut réduire la dose normale d'insuline et en prendre une autre avant les repas.
- En cas de voyage vers l'Ouest, les journées s'allongent, et une ou plusieurs dose(s) supplémentaire(s) d'insuline sont nécessaire(s). Le jour suivant le voyage, le schéma habituel doit être repris.

Si une injection d'insuline rapide est administrée avant les repas (même en mélange), cela ne pose pas de problème. Il est conseillé de faire une injection d'insuline rapide avant chaque repas, qu'il y en ait un de plus ou de moins dans la journée de voyage.

L'objectif principal en voyage n'est pas d'avoir des glycémies parfaites mais d'éviter l'hypoglycémie, il est donc acceptable de tendre légèrement vers l'hyperglycémie. Il est conseillé de ne changer sa montre à l'heure locale qu'une fois arrivé à destination, ainsi la gestion du diabète sera facilitée.

La situation est plus simple pour les patients traités par un schéma basal-bolus. Le jour du voyage, on diminue (voyage vers l'est) ou on augmente (voyage vers l'ouest) la dose basale de 4 à 5% par heure de décalage. Ensuite, la prise se fera à l'heure habituelle en heure locale. Les bolus d'insuline ultrarapide doivent se prendre comme habituellement avant chaque repas. Il faut dans tous les cas mettre l'accent sur une auto-surveillance soigneuse durant le trajet, c'est essentiel pour éviter l'hypoglycémie.

→ Cas des diabétiques traités par des antidiabétiques oraux :

Avec un traitement antidiabétique oral (ADO), l'ajustement est plus simple et moins crucial que la gestion de l'insuline. Un courrier du médecin est nécessaire confirmant que le patient a besoin de son traitement en cabine.

Le traitement doit également être adapté en fonction du décalage horaire (plus de quatre heures de différence) et du type de médicament. Pour les hypoglycémisants oraux de courte durée d'action (par exemple Glucophage® ou metformine) un comprimé supplémentaire peut être pris. Si les médicaments ont une durée d'action moyenne ou longue (par exemple Diamicon® ou gliclazide, Amarel® ou glimépiride, Daonil® ou

glibenclamide), il est conseillé de ne rien changer au traitement. Il faut toujours respecter l'intervalle entre deux comprimés pour ne pas risquer d'hypoglycémie. [54][55]

Il n'y a aucun problème pour les patients traités par un inhibiteur des alpha-glycosidases (Glucor® ou acarbose) ou une glinide (Novonorm® ou repaglinide), puisque ces médicaments sont pris avant les repas : « one meal, one pill ». Lorsque les médicaments sont pris biquotidiennement, (metformine, sulfamide, glitazone), et si le décalage horaire rapproche cette prise biquotidienne, il est préférable de sauter une des deux prises et de se retrouver « un peu sucré » pendant la période suivante, plutôt que de s'exposer au risque d'une hypoglycémie.

2.3.4.4. Diabète et dosage de l'insuline à l'étranger

Partout dans le monde, il est facile de trouver des insulines rapides ou lentes qui peuvent se substituer aux insulines couramment utilisées par le patient en cas de perte ou de vol de celles-ci. Si elles sont vendues en flacon, il faut veiller à acheter en même temps les seringues adaptées à la concentration en insuline de ces flacons. En effet, même si dans la plupart des pays du monde l'insuline est à 100 unités/mL, il existe dans certains pays de l'insuline dosée à 40 unités/mL. Il faut simplement prendre garde à cela et acheter les seringues adaptées.

Un autre point important, dont il faut tenir compte, est l'augmentation de l'absorption de l'insuline en climat tropical par l'effet de la chaleur. Une éventuelle réduction des doses peut être alors envisagée selon l'activité journalière.

2.3.4.5. Interactions et dégradation des traitements du diabétique

Comme tous les voyageurs porteurs d'une maladie chronique traitée, le diabétique a plus de risque de décompenser sous l'effet de la chaleur en pays tropical ou subtropical. Des mesures hygiéno-diététiques doivent être prises, ainsi qu'une surveillance accrue de l'état général afin d'éviter le coup de chaleur. Il est important d'insister auprès du patient sur les précautions à respecter scrupuleusement dans la consommation des aliments et des boissons. Le dépaysement des vacances s'accompagne parfois d'une modification de la

nature des aliments et en particulier de celle des féculents. Ces féculents locaux doivent être repérés afin de les substituer à ceux de la ration alimentaire habituelle.

Dans le cas où l'insuline aurait été exposée à une chaleur extrême supérieure à 60°C, elle doit être utilisée dès que possible ou doit être jetée. En effet, la chaleur réduit l'efficacité de celle-ci. Si ceci devait arriver, il convient alors de renforcer les contrôles glycémiques pendant cette période. Pour les voyageurs diabétiques insulino-dépendants sous pompe à insuline, il est recommandé de changer quotidiennement l'insuline du réservoir s'il fait plus de 35°C.

Il n'existe aucune contre-indication aux diverses vaccinations en cas de diabète.

Enfin, il est à noter qu'il existe plusieurs interactions entre des médicaments utilisés par les diabétiques et les antipaludéens :

- La méfloquine entraîne un effet inhibiteur sur le métabolisme du sulfamide. Lors d'un traitement sous sulfamide hypoglycémiant, il convient donc d'éviter l'utilisation de cette molécule.
- Il existe un risque d'hypoglycémie lié à l'utilisation des antipaludéens au cours d'accès palustre. En cas de prophylaxie antipaludéenne, ce risque est seulement cité comme possible avec la méfloquine, la prudence est donc de rigueur.
- La chloroquine (qui est maintenant que peu utilisée) et ses dérivés sont contre-indiqués en cas de rétinopathie diabétique.
- La chloroquine est à utiliser avec prudence car elle présente un risque d'hypoglycémie accrue par rapport aux autres antipaludéens.

2.3.5. Le voyageur insuffisant rénal, dialysé ou transplanté

2.3.5.1. Généralités

On aurait tendance à penser, que l'insuffisant rénal, le dialysé ou le transplanté ne peuvent pas voyager. Cela est pourtant possible en prenant compte d'un certain nombre de précautions.

D'une manière générale, le patient ayant des problèmes rénaux doit veiller à emporter son traitement en quantité suffisante pour la durée du voyage. Il devra même emporter un peu plus de médicaments que nécessaire pour parer à toute éventualité. Une lettre du médecin résumant sa pathologie et son traitement peut être aussi d'une grande utilité notamment pour le passage des douanes et des portiques de sécurité aux aéroports.

De plus, il faudra veiller à avoir une hydratation suffisante tout au long du voyage.

Si le voyageur est insuffisant rénal, les doses d'antipaludéens ou d'antibiotiques pourront être à adapter, selon la clairance rénale.

2.3.5.2. Conseils spécifiques au transplanté

L'exposition au soleil est contre-indiquée aux personnes greffées car les traitements immunosuppresseurs augmentent son effet cancérigène. Le voyageur transplanté doit donc veiller à emporter une crème solaire à protection maximale, un chapeau et des vêtements couvrants.

Les personnes transplantées traitées par un traitement immunosuppresseur ne peuvent pas recevoir des vaccins réalisés à partir de bactéries ou de virus vivants atténués. Ce qui est le cas du vaccin contre la fièvre jaune. Aussi, lorsqu'un transplanté d'organe, notamment rénal, envisage un séjour dans un pays étranger, particulièrement dans un pays de la zone tropicale, la question des interactions médicamenteuses entre les immunosuppresseurs et le traitement prophylactique antipaludéen se pose. En effet certaines interactions existent, notamment entre la chloroquine et la ciclosporine.

2.3.5.3. Dialyse et voyage

Un dialysé équilibré peut voyager à condition d'une bonne préparation de son voyage. En effet, le patient doit parler de son projet le plus rapidement possible avec son néphrologue (au moins 4 mois à l'avance), qui pourra lui indiquer s'il est compatible avec son état de santé et l'orienter vers le type de structure qui lui convient (centre, unité de dialyse médicalisée, autodialyse, ou leurs équivalents dans le pays où il souhaite se rendre).

Il existe des agences de voyage spécialisée dans le voyage des personnes dialysées ou transplantées et à leur famille. Ce genre d'agence s'occupe des réservations des séances de dialyse dans un établissement de qualité et le plus proche possible du lieu d'hébergement. Ils peuvent aussi s'occuper du transfert des informations médicales du centre d'origine du patient au centre d'accueil. Ces voyageurs spécifiques renseignent les patients quant aux formalités administratives particulières.

2.3.6. Le voyageur traité par un antivitamine K (AVK)

2.3.6.1. Généralités sur les AVK et le voyage

En France, plus de 1% de la population est traité par un anticoagulant oral. Les AVK sont des anticoagulants oraux, en effet ils freinent l'intervention de la vitamine K dans le processus de la coagulation. [56]

Les AVK actuellement disponibles sur le marché sont :

- L'acénocoumarol (Sintrom® et Minisintrom®) ;
- La warfarine (Coumadine®) ;
- La fluindione (Préviscan®).

Ils sont prescrits dans le cadre de cardiopathies emboligènes (troubles du rythme, valvulopathies, prothèses valvulaires) ou dans la prévention des complications thromboemboliques des infarctus du myocarde ou dans le traitement des thromboses veineuses profondes et de l'embolie pulmonaire mais aussi dans la prévention de leur récurrence.

Sous AVK, le patient est en équilibre permanent entre le surdosage (hémorragie) et le sous-dosage (récurrence). Le risque hémorragique est élevé. L'équilibre du traitement est très important. Le suivi du traitement repose sur l'International Normalized Ratio (INR), qui est réalisé à partir d'une prise de sang. Généralement, l'INR doit être compris entre 2 et 3, la valeur cible étant 2.5. Pour un traitement équilibré, l'INR est généralement mesurée une fois par mois. Un voyage ne doit être entrepris que si le traitement est équilibré.

Avant le voyage, le patient doit consulter son médecin et faire vérifier son INR. Il devra emporter son carnet de suivi ou tout document mentionnant le traitement en cours et les

coordonnées du médecin traitant. Le voyageur doit aussi emporter une ordonnance, si possible rédigée en anglais, où la DCI du médicament apparaît. Le patient doit prévoir plus de médicaments que nécessaire pour la durée du séjour.

Pour un voyage court (2 semaines et moins), prévoir une INR avant et après le séjour. Pour un voyage plus long, il doit être envisagé un contrôle de l'INR sur place, il faut donc se renseigner avant le départ de la faisabilité de l'INR. L'idéal est d'apporter un lecteur personnel, dont le coût reste malheureusement élevé. L'antidote des AVK est la vitamine K. Le patient doit amener une ampoule dans ses bagages pour ne pas avoir à en acheter sur place. Les AVK doivent être conservés à l'abri de trop grandes chaleurs.

La prise d'AVK est souvent problématique, en effet certaines molécules ne sont pas commercialisées dans tous les pays et la surveillance de l'INR n'est pas accessible partout, en particulier dans de nombreux pays du Sud. Les voyageurs traités par AVK doivent retenir que la règle principale à suivre en voyage est d'intensifier les dosages de l'INR dès qu'un nouveau traitement est ajouté ou lorsqu'une situation à risque se présente. Ceci permet d'anticiper en prenant les mesures thérapeutiques adéquates.

Rappelons qu'en cas d'oubli de prise, la dose oubliée peut être prise dans un délai de 8 heures après l'heure habituelle d'administration. Passé ce délai, il est préférable de sauter cette prise et de prendre la suivante à l'heure habituelle. Le patient ne doit pas doubler la dose pour compenser la dose manquée.

Les Anticoagulants Oraux Directs (AOD), anciennement dénommés « nouveaux anticoagulants oraux », pour lesquels il n'est pas proposé de surveillance biologique de routine présentent les mêmes risques que les AVK (risque hémorragique en cas de surdosage et risque de thrombose en cas de sous-dosage). Il n'existe pas d'antidote spécifique, ce qui peut rendre délicat la gestion d'un accident en voyage. Les AOD disponibles sur le marché sont le dabigatran (Pradaxa®) ; le rivaroxaban (Xarelto®) et l'apixaban (Eliquis®).

2.3.6.2. Principales interactions [57]

En raison de leur forte liaison aux protéines plasmatiques et de leur métabolisme par les isoenzymes du cytochrome P450, il existe de nombreuses interactions entre les AVK et les autres médicaments. Il faut donc vivement mettre en garde le patient des risques de l'automédication particulièrement lors d'un voyage.

Associations contre-indiquées entraînant un risque hémorragique :

- aspirine et autres salicylés à doses anti-inflammatoires (≥ 1 g/prise et/ou à 3 g/jour) ou antalgiques, ou antipyrétiques (≥ 500 mg/prise), en cas d'antécédent d'ulcère gastroduodéal ;
- phénylbutazone (Butazolidine®) ;
- miconazole en gel buccal (Daktarin®).

Association contre-indiquée entraînant un risque thrombotique :

- millepertuis (inducteur enzymatique).

Associations déconseillées majorant le risque hémorragique :

- anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) par voie générale ;
- aspirine et salicylés à dose antalgique ou antipyrétique (sans antécédent d'ulcère gastroduodéal) ;
- aspirine et salicylés aux doses antiagrégantes (50 à 375 mg/jour) en cas d'antécédent d'ulcère gastroduodéal ;
- certains anticancéreux tels que 5-fluorouracile, tégafur ou capécitabine.

Les AVK interagissent avec la plupart des antibiotiques (risque d'hypercoagulabilité), en particulier avec les fluoroquinolones, les macrolides, les cyclines, le cotrimoxazole et certaines céphalosporines.

De plus, tous les antipaludéens interagissent avec les AVK, il est donc conseillé de commencer le traitement, au minimum une semaine avant le voyage pour anticiper les modifications de l'INR. Les AVK interagissent également en cas de maladie infectieuse où le risque d'hypercoagulabilité est à surveiller.

En cas de diarrhée et de vomissements, il y a un risque de variation de l'INR, s'il y a saut de prise. Le patient sous AVK devra donc porter une attention particulière à la prévention de la diarrhée du voyageur ou tourista. Il ne faudra pas oublier qu'un patient sous anticoagulant ne recevra des vaccins que par voie sous-cutanée ; la voie intramusculaire étant formellement contre-indiquée.

Certains aliments apportent beaucoup de vitamines K (foies, choux, brocolis, épinards, fenouil...). Les voyages entraînent obligatoirement une modification du régime alimentaire. Mais l'alimentation ne doit pas représenter un problème. Le patient sous AVK peut manger de tout de manière raisonnable. Seules les grandes variations sont délétères. Le voyageur peut goûter à toute la gastronomie locale ; il convient cependant d'éviter les excès de soja (apport de vitamine K et modification de la cinétique des AVK). Les voyages sont aussi l'occasion d'abus alcooliques, déstabilisateurs de l'INR, ce dont le patient devra être informé.

2.3.6.3. Gestion du décalage horaire

Lorsque plus de six fuseaux horaires sont traversés, une adaptation thérapeutique est nécessaire. Plusieurs approches sont possibles : [56]

- soit en ajustant la posologie (augmenter d'un quart de comprimé pour un voyage vers l'Ouest ou diminuer d'un quart de comprimé pour un voyage vers l'Est),
- soit en ajustant l'horaire de la prise (retarder ou avancer la prise de deux heures chaque jour jusqu'à atteindre l'heure souhaitée dans le pays selon si voyage vers l'Ouest ou l'Est).

Dans tous les cas, la prise des AVK est impérative le soir à heure fixe, une fois l'ajustement horaire effectué.

2.4. Fiche à destination du voyageur

A l'officine, le pharmacien peut donner une fiche au patient. Ceci pourra l'aider à créer une trousse à pharmacie adaptée à lui et à son voyage. Ci-après, un modèle de fiche.

COMMENT PRÉPARER SA TROUSSE À PHARMACIE DE VOYAGE

Votre trousse à pharmacie de voyage doit être personnalisée en fonction de vous et de votre voyage.

Chaque voyage nécessite une pharmacie particulière !

N'oubliez pas de vérifier les dates de péremption ! Veillez à emporter les emballages d'origines des médicaments !

Dans un souci pratique, préférez les formes orales solides et les formes unidoses. Evitez les suppositoires ou sirops.

DANS TOUS LES CAS, VOTRE PHARMACIEN EST LA POUR VOUS AIDER, ET VOUS DONNER DES CONSEILS !

Traitement préexistants :

Prévoyez la quantité suffisante pour toute la durée du séjour !

Les Premiers soins :

- > Dosettes de sérum physiologique
- > Compresses stériles
- > Lingettes antiseptiques
- > Bandes cohésives
- > Pansements : gaze, sparadrap, pansements à découper, sutures adhésives, pansements pour les ampoules

Petit matériel :

- > Thermomètre
- > Paire de gant en vinyle
- > Pince à épiler
- > Crochet tire-tique

Dengue - Chikungunya - Paludisme, autres maladies vectorielles :

- > Antipaludique prescrit par votre médecin
- > Répulsif contre les moustiques (ayant fait l'objet d'une AMM)
ATTENTION : respecter un délai d'au moins 20 minutes entre l'application d'une crème solaire et l'application d'une lotion répulsive. La crème solaire doit TOUJOURS être appliquée en premier.
- > Moustiquaire imprégnée d'insecticide
- > Insecticides pour vêtements.
L'imprégnation est à effectuer avant le voyage !

Les yeux :

- > Dosettes de sérum physiologique
 - > Collyre antiseptique unidose
- ATTENTION, le port de lentilles cornéennes n'est pas adapté à la zone tropicale !

Douleurs/fièvre :

- > Paracétamol

Pour le système digestif :

Diarrhée du voyageur :

- > Antisécrotoire (type racécadotril *Tiorfan*®), adsorbant intestinal (*Smecta*®)
- > Antidiarrhéique moteur (lopéramide), usage à restreindre pour les situations particulières (pas d'accès aux sanitaires)
- > Antispasmodiques (type phloroglucinol, *Spasfon*®)
- > Antibiotiques si le médecin en a prescrits
- > Produits de désinfection de l'eau
- > Gel hydroalcoolique pour la désinfection des mains (le lavage des mains avec de l'eau et du savon)

Constipation :

- > Laxatifs stimulants pour un effet rapide

Nausées /vomissements :

- > Metopimazine, *Vogalib*®

Mal des transports :

- > Antihistaminiques (diménhydrinate, *Nausicalm*®, ou *Mercalm*®), mais attention aux somnolences provoquées

Les allergies:

- > Antihistaminique (cétirizine par exemple)

La peau :

- > Crème solaire d'indice élevée et waterproof (min.30)
- > Stick à lèvres avec protection solaire
- > Crème apaisante en cas de piqûres d'insectes
- > Préservatifs de Norme Française (NF)

Conclusion :

Nous sommes partis du constat que la bibliographie scientifique sur la trousse à pharmacie du voyageur est pauvre. Ce travail a permis de montrer des différences entre les informations données par les sources officielles, et celles données par les sources commerciales. Nous avons pu constater que toutes les informations « officielles » étaient sensiblement les mêmes. Les différences importantes entre celles-ci, résident dans le détail des informations et dans la forme. Mais certaines sources officielles sont ressorties comme décevantes quant à la précision des informations ainsi que dans la mise en forme.

Nous avons pu constater que les sites commerciaux sont beaucoup plus faciles d'accès que les sources officielles. Mais contrairement aux sources officielles, le contenu présenté sur la trousse à pharmacie des sources commerciales est très hétérogène. Contrairement à ce que l'on aurait pu croire, certaines sources commerciales sont ressorties comme très intéressantes, tant sur le fond que sur la forme.

Face à la multitude de documents disponibles sur l'élaboration de la trousse médicale pour le voyageur, le rôle du pharmacien d'officine peut être mis en avant. L'équipe officinale est là pour proposer une trousse légère et modulable adaptée au patient.

Une préparation précise du voyage est indispensable pour faire face aux éventuels problèmes d'accès aux médicaments, mais les solutions sont multiples.

L'étude de certains cas particuliers de voyageur montre que d'une manière générale, sous réserve d'une bonne préparation auprès des professionnels adaptés, le voyage est souvent possible.

Il est intéressant de noter que dans le passé, le voyage était synonyme de Santé, d'aventure, de goût de l'imprévu. Maintenant, le voyage peut être associé à la peur de maladies, le voyageur part bardé d'informations, de prévisions, d'assurances. Le tourisme peut être considéré comme un miroir d'une époque. Les voyages sont des moments privilégiés pour saisir les attentes, les rêves, les peurs de chacun. Aussi, une réflexion peut s'établir sur le but et le lieu d'un voyage. Une envie de solitude ne peut pas trouver réponse qu'en plein désert, ou en terrain reculé à l'autre bout de la planète. En effet une retraite dans une maison au bord de

la mer ou en forêt peut suffire à cette envie de solitude. L'envie du voyageur, de rencontre de l'autre, l'envie de foule, peut être assouvie en sortant simplement de chez soi, en allant à un festival, à la plage ou autre. Mais Roland Barthes déclara : « *Si j'avais à imaginer un nouveau Robinson, je ne le placerais pas dans une île déserte mais dans une ville de douze millions d'habitants, dont il ne saurait déchiffrer ni la parole, ni l'écriture, ce serait là, je crois, la forme moderne du mythe.* » [58]

Bibliographie :

[1] Auvray F., 1936, ils ont osé, ils ont gagné: histoire des grèves en Seine-Inférieure. Institut CGT d'histoire sociale de Seine-Maritime, 2006, p99

[2] Renou F., Congés payés et jours fériés : le classement européen, Le Journal du Net, 27 décembre 2011

[3] Ray R., Schmitt J., No Vacation Nation, Center for Economic and Policy Research, Mai 2007

[4] Dauphin L., Le Garrec M.A., Tardieu F., Les vacances des français depuis 40 ans. Insee Références, avril 2009

[5] Scherrer S., Le tourisme des Français en 2012 - Autant de voyages, mais plus courts. Le 4 pages de la Direction générale de la compétitivité de l'industrie et des services, juillet 2013, n°27

[6] Armand L. Le tourisme français à l'étranger en 2006 : résultats issus du suivi de la demande touristique (direction du Tourisme). BEH 2007 ; 25-26 : 218-221

[7] Albertini D., Toujours plus de touristes dans le monde, Libération, 20 janvier 2014

[8] WTO, Yearbook of Tourism Statistics 2007, World Tourism Organization, Madrid, Spain, 2008

[9] Le Quotidien du Tourisme, Le tourisme représente 9% du PIB mondial, 28 février 2013

[10] Veille info tourisme, Observation économique du tourisme mondial : prévisions, poids et impacts, [en ligne], <http://www.veilleinfotourisme.fr/observation-economique-du-tourisme-mondial-previsions-poids-et-impacts-92351.kjsp>, consulté le 05/03/2015

[11] Ancelle T., Les maladies du voyage et d'importation. Actualité et dossier en santé publique, septembre 2011, n°76

[12] Steffen R., Amitirigala I., Mutsch M., Health risks among travelers – need for regular updates. Journal of Travel Medicine, 2008 ; 15 : 145-6.

- [13] Caumes E., Pathologies courantes au retour des tropiques. Revue du Praticien, 2007 ; 57 : 845-51
- [14] OMS, Voyages internationaux et Santé, Edition 2012, Editions de l'OMS, pp 4-6
- [15] Institut de veille sanitaire, Recommandations sanitaires pour les voyageurs 2014, [en ligne], http://www.invs.sante.fr/beh/2014/reco/pdf/2014_reco.pdf, consulté le 20/11/2014
- [16] CDC, The yellow book (chapitre consacré à la trousse à pharmacie), [en ligne], <http://wwwnc.cdc.gov/travel/yellowbook/2014/chapter-2-the-pre-travel-consultation/travel-health-kits>, consulté le 12/12/2014
- [17] NaTHNaC, [en ligne], <http://www.nathnac.org/travel/index.htm>, consulté le 12/12/2014
- [18] Fit for travel, Advices on first aid, [en ligne], <http://www.fitfortravel.nhs.uk/advice/general-travel-health-advice/first-aid.aspx>, consulté le 11/12/2014
- [19] Safetravel, Préparatifs et Assurance/Pharmacie de voyage, [en ligne], <http://www.safetravel.ch/safetravel2/servlet/ch.ofac.wv.wv204j.pages.Wv204ConseilsSanteLis teCtrl?action=afficheDetail&elementCourant=2>, consulté le 20/11/2014
- [20] Site du gouvernement du Canada, Trousse de produits de santé pour le voyage, [en ligne], <http://voyage.gc.ca/voyager/sante-securite/trousse>, consulté le 15/12/2014
- [21] Institut de Médecine Tropicale d'Anvers, Medasso Headlines, [en ligne], <http://www.itg.be/itg/Uploads/MedServ/medasso-edition-2014-2015.pdf>, consulté le 17/12/2014
- [22] Routard.com, Trousse de médicaments, [en ligne], http://www.routard.com/guide_voyage_page/67/trousse_de_medicaments.htm, consulté le 20/02/2015
- [23] Santé Médecine.net, Préparer sa trousse à pharmacie avant de partir en vacances, [en ligne], <http://sante-medecine.commentcamarche.net/faq/453-preparer-sa-trousse-a-pharmacie-avant-de-partir-en-vacances>, consulté le 20/02/2015
- [24] Fondation La Santé sur Internet, HON code,[en ligne] http://www.hon.ch/HONcode/Patients/Visitor/visitor_f.html, consulté le 20/02/2015

- [25] Doctissimo, Santé des voyageurs, [en ligne], http://www.doctissimo.fr/html/medicaments/articles/sa_6289_medicaments_trousse_types_prouduits.htm, consulté le 20/02/2015
- [26] Doctissimo, Vacances, [en ligne], <http://www.doctissimo.fr/html/dossiers/vacances/niv2/trousse-pharmacie.htm>, consulté le 20/02/2015
- [27]Globe Trotting, La checklist pour une pharmacie de voyage complète, [en ligne], <http://www.globe-trotting.com/#!check-list-pharmacie-de-voyage/c3iv>, consulté le 20/02/2015
- [28] Top Santé, Vacances qu'est-ce que j'emporte dans ma trousse à pharmacie ?, [en ligne] <http://www.topsante.com/medecine/medecine-divers/medicaments/soigner/la-trousse-a-pharmacie-des-vacances-10125>, consulté le 20/02/2015
- [29] Femme Actuelle, Préparer sa trousse à pharmacie de vacances, [en ligne], <http://www.femmeactuelle.fr/sante/sante-pratique/trousse-a-pharmacie-de-vacances-00484>, consulté le 20/02/2015
- [30] SMI, Partir bien équipé grâce à une trousse à pharmacie bien adaptée, [en ligne], <http://www.smi-voyage-sante.com/fr/content/25-composition-trousse-pharmacie>, consulté le 20/02/2015
- [31] e-santé, Ma trousse à pharmacie de voyage, [en ligne], <http://www.e-sante.fr/ma-trousse-pharmacie-voyage/actualite/1103>, consulté le 20/02/2015
- [32] Lupi E., Hatz C., Schlagenhauf P, The efficacy of repellents against Aedes, Anopheles, Culex and Ixodes spp., Travel Medicine and Infectious Disease, Volume 11, Issue 6, November–December 2013, pp 374-411
- [33] Farthing M.J.G.. Diarrhoea: a significant worldwide problem. International Journal of Antimicrobial Agents Volume 14, Issue 1, February 2000, pp 65-69
- [34] Fabio Baldi, Maria Antonia Bianco, Gerardo Nardone, Alberto Pilotto, Emanuela Zamparo. Focus on acute diarrhoeal disease. World J Gastroenterol 2009 July 21; 15(27), pp 3341-3348

- [35] Beaugerie L, Sokol H, Diarrhées infectieuses aiguës de l'adulte : épidémiologie et prise en charge, La Presse Médicale Volume 42, Issue 1, January 2013, pp 52–59.
- [36] Belderok et al., Incidence, risk factors and treatment of diarrhea among Dutch travellers: reasons not to routinely prescribe antibiotics, BMC Infectious Diseases 2011, 11: p 295
- [37] Bouchaud O., Consigny P.-H., Cot M., Odermatt-Biays S., 2013, Prévention de la diarrhée du voyageur, Médecine des voyages Médecine tropicale (2ème édition), pp 27-28
- [38] Getto L., Zeserson E., Breye M., Vomiting, (2011), Diarrhea, Constipation, and Gastroenteritis, Emergency Medicine Clinics of North America, Volume 29, Issue 2, pp 211-237
- [39] Deborah K. Walker DNP, FNP-BC, AOCN, (2012), Skin Protection for (SPF) Kids Program, Journal of Pediatric Nursing 27, pp 233–242
- [40] IRACM, Contrefaçon de médicaments et Organisations criminelles, [en ligne] , <http://www.iracm.com/wp-content/uploads/2014/02/Contrefacon-de-Medicaments-et-Organisations-Criminelles-FR-FINAL2.pdf>, consulté le 16/01/2015
- [41] ameli.fr, Vous partez en vacances en Europe, [en ligne], http://www.ameli.fr/assures/droits-et-demarches/a-l-etranger/vous-partez-en-vacances-a-l-etranger/vous-partez-en-vacances-en-europe_vosges.php, consulté le 19/12/2014
- [42] ameli.fr, Circulaire 19/2009, [en ligne], http://www.ameli.fr/fileadmin/user_upload/documents/CIR-19-2009_01.pdf, consulté le 19/12/2014
- [43] Ministère du développement durable, Mesures de sureté dans les aéroports, [en ligne], [http://www.developpement-durable.gouv.fr/Mesures-de-restriction-sur-les,37265.html#Conserver en cabine](http://www.developpement-durable.gouv.fr/Mesures-de-restriction-sur-les,37265.html#Conserver+en+cabine), consulté le 03/01/2015
- [44] ANSM, Transport personnel de médicaments stupéfiants détenus dans le cadre d'un traitement médical, [en ligne], http://ansm.sante.fr/var/ansm_site/storage/original/application/883fc4d167f3da6f632bc60c1e70c6b0.pdf, consulté le 15/12/2014

- [45] Indro online, Travel guide index, [en ligne], Indro-online.de/travel.htm, consulté le 20/12/2015
- [46] O. Bouchaud, P-H. Consigny, M.Cot, G.Le Loup, S. Oddermatt-Biays, Médecine des voyages et tropicale, 3^{ème} édition, Elsevier Masson, p 29
- [47] OMS, Voyages internationaux et Santé, Edition 2012, Editions de l'OMS, pp 196-207
- [48] Fédération Française des Diabétiques, Le transport de l'insuline, du traitement et du matériel, [en ligne], <http://www.afd.asso.fr/diabete-et/voyages/transport-insuline-materiel>, consulté le 15/12/2015
- [49] Ministère du développement durable, Le diabète à l'aéroport, [en ligne], http://www.developpement-durable.gouv.fr/IMG/pdf/doc_diabete.pdf, consulté le 12/12/2014
- [50] Ministère du développement durable, Le diabète à l'aéroport, [en ligne], http://www.developpement-durable.gouv.fr/IMG/pdf/diabete_aeroport.pdf, consulté le 12/12/2014
- [51] O. Bouchaud, P-H. Consigny, M.Cot, G.Le Loup, S. Oddermatt-Biays, Médecine des voyages et tropicale, 3^{ème} édition, Elsevier Masson, p 34
- [52] Hakeem ML, Bhattacharyya DN, Campbell IW. Diabetes mellitus and travel-related illnesses. British Journal of Diabetes & Vascular Disease. 3 janv 2010;10(2),pp 83-89
- [53] Reach. Diabète : Adapter le schéma thérapeutique en fonction du décalage horaire : Patients voyageurs. Concours médical (Paris). 2007;129(21-22), pp 690-694
- [54] Bauduceau B, Mayaudon H, Ducorps M, Belmejdoub G, Thiolet C, Pellan M, et coll. Diabète et voyages. Med Trop (Mars). 1997;57(4 Bis), pp 446-448
- [55] Aebi A, Golay A. [Diabetics travelling]. Rev Med Suisse. 11 mai 2005;1(19), pp 1276-1279
- [56] Cahiers de Médecine interprofessionnels, Antivitamines K : Ce qu'il faut savoir, éducation du patient, [en ligne], <http://www.camip.info/Les-ateliers-d-echange-avec-des.html>, consulté le 20/12/2015
- [57] Sébastien Faure, Actualités Pharmaceutiques Volume 52, Issue 524, Mars 2013, pp 57-61
- [58] Jean-Didier Urbain, Pourquoi voyageons-nous ?, Sciences Humaines, aout-sept 2012, n°240

Annexes :

Annexe 1 : Tableau des résultats bruts pour la sélection des sites commerciaux

Requête	Classement	Site	Abréviation	Coef	Note (Coef/classement)	Note totale du site
Requête 1	2	http://www.routard.com/guide_voyage_page/67/trousse_de_medicaments.htm	Routard	4	2	15,2197
Requête 2	3	http://www.routard.com/guide_voyage_page/67/trousse_de_medicaments.htm	Routard	3	1	15,2197
Requête 3	1	http://www.routard.com/guide_voyage_page/67/trousse_de_medicaments.htm	Routard	6	6	15,2197
Requête 4	11	http://www.routard.com/guide_voyage_page/67/trousse_de_medicaments.htm	Routard	7	0,63	15,2197
Requête 5	3	http://www.routard.com/guide_voyage_page/67/trousse_de_medicaments.htm	Routard	1	0,33	15,2197
Requête 6	8	http://www.routard.com/guide_voyage_page/67/trousse_de_medicaments.htm	Routard	2	0,25	15,2197
Requête 7	1	http://www.routard.com/guide_voyage_page/67/trousse_de_medicaments.htm	Routard	5	5	15,2197
Requête 1	7	http://sante-medecine.commentcamarche.net/faq/453-preparer-sa-trousse-a-pharmacie-avant-de-partir-en-vacances	Comment ça marche	4	0,57	12,6303
Requête 2	1	http://sante-medecine.commentcamarche.net/faq/453-preparer-sa-trousse-a-pharmacie-avant-de-partir-en-vacances	Comment ça marche	3	3	12,6303
Requête 4	1	http://sante-medecine.commentcamarche.net/faq/453-preparer-sa-trousse-a-pharmacie-avant-de-partir-en-vacances	Comment ça marche	7	7	12,6303
Requête 5	17	http://sante-medecine.commentcamarche.net/faq/453-preparer-sa-trousse-a-pharmacie-avant-de-partir-en-vacances	Comment ça marche	1	0,058	12,6303
Requête 6	1	http://sante-medecine.commentcamarche.net/faq/453-preparer-sa-trousse-a-pharmacie-avant-de-partir-en-vacances	Comment ça marche	2	2	12,6303
Requête 1	1	http://www.doctissimo.fr/html/medicaments/articles/sa_6289_medicaments_trousse_types_produits.htm	Doctissimo	4	4	11,7667
Requête 2	5	http://www.doctissimo.fr/html/medicaments/articles/sa_6289_medicaments_trousse_types_produits.htm	Doctissimo	3	0,6	11,7667
Requête 2	6	http://www.doctissimo.fr/html/dossiers/vacances/niv2/trousse-pharmacie.htm	Doctissimo	3	0,5	11,7667
Requête 3	2	http://www.doctissimo.fr/html/medicaments/articles/sa_6289_medicaments_trousse_types_produits.htm	Doctissimo	6	3	11,7667
Requête 4	7	http://www.doctissimo.fr/html/dossiers/vacances/niv2/trousse-pharmacie.htm	Doctissimo	7	1	11,7667
Requête 5	2	http://www.doctissimo.fr/html/medicaments/articles/sa_6289_medicaments_trousse_types_produits.htm	Doctissimo	1	0,5	11,7667

		ts_trousse_types_produits.htm				
Requête 6	3	http://www.doctissimo.fr/html/medicaments/articles/sa_6289_medicaments_trousse_types_produits.htm	Doctissimo	2	0,66	11,7667
Requête 6	4	http://www.doctissimo.fr/html/dossiers/vacances/niv2/trousse-pharmacie.htm	Doctissimo	2	0,5	11,7667
Requête 7	5	http://www.doctissimo.fr/html/medicaments/articles/sa_6289_medicaments_trousse_types_produits.htm	Doctissimo	5	1	11,7667
Requête 1	3	http://www.globe-trotting.com/#!check-list-pharmacie-de-voyage/c3iv	Globe Trotting	4	1,33	5,97619
Requête 2	7	http://www.globe-trotting.com/#!check-list-pharmacie-de-voyage/c3iv	Globe Trotting	3	0,43	5,97619
Requête 3	3	http://www.globe-trotting.com/#!check-list-pharmacie-de-voyage/c3iv	Globe Trotting	6	2	5,97619
Requête 4	6	http://www.globe-trotting.com/#!check-list-pharmacie-de-voyage/c3iv	Globe Trotting	7	1,17	5,97619
Requête 5	6	http://www.globe-trotting.com/#!check-list-pharmacie-de-voyage/c3iv	Globe Trotting	1	0,17	5,97619
Requête 6	12	http://www.globe-trotting.com/#!check-list-pharmacie-de-voyage/c3iv	Globe Trotting	2	0,17	5,97619
Requête 7	7	http://www.globe-trotting.com/#!check-list-pharmacie-de-voyage/c3iv	Globe Trotting	5	0,71	5,97619
Requête 2	2	http://www.topsante.com/medecine/medecine-divers/medicaments/soigner/la-trousse-a-pharmacie-des-vacances-10125	Top Santé	3	1,5	5,09649
Requête 4	3	http://www.topsante.com/medecine/medecine-divers/medicaments/soigner/la-trousse-a-pharmacie-des-vacances-10125	Top Santé	7	2,33	5,09649
Requête 6	2	http://www.topsante.com/medecine/medecine-divers/medicaments/soigner/la-trousse-a-pharmacie-des-vacances-10125	Top Santé	2	1	5,09649
Requête 7	19	http://www.topsante.com/medecine/sante-et-voyage	Top Santé	5	0,26	5,09649
Requête 2	4	http://www.femmeactuelle.fr/sante/sante-pratique/trousse-a-pharmacie-de-vacances-00484	Femme Actuelle	3	0,75	4,53571
Requête 4	2	http://www.femmeactuelle.fr/sante/sante-pratique/trousse-a-pharmacie-de-vacances-00484	Femme Actuelle	7	3,5	4,53571
Requête 6	7	http://www.femmeactuelle.fr/sante/sante-pratique/trousse-a-pharmacie-de-vacances-00484	Femme Actuelle	2	0,29	4,53571
Requête 1	14	http://www.smi-voyage-sante.com/fr/content/25-composition-trousse-pharmacie	SMI Voyage Santé	4	0,29	4,45238
Requête 7	2	http://www.smi-voyage-sante.com/fr/34-kits-tout-en-un	SMI Voyage Santé	5	2,5	4,45238
Requête 7	3	http://www.smi-voyage-sante.com/fr/les-tout-en-un/151-kit-anti-piqure-l.html	SMI Voyage Santé	5	1,67	4,45238
Requête 1	5	http://www.e-sante.fr/ma-trousse-pharmacie-voyage/actualite/1103	E-santé	4	0,8	4,10714
Requête 2	10	http://www.e-sante.fr/ma-trousse-pharmacie-voyage/actualite/1103	E-santé	3	0,3	4,10714

Requête 3	7	http://www.e-sante.fr/ma-trousse-pharmacie-voyage/actualite/1103	E-santé	6	0,86	4,10714
Requête 4	10	http://www.e-sante.fr/comment-remplir-ma-pharmacie-vacances/actualite/1103	E-santé	7	0,7	4,10714
Requête 6	10	http://www.e-sante.fr/comment-remplir-ma-pharmacie-vacances/actualite/1103	E-santé	2	0,2	4,10714
Requête 7	4	http://www.e-sante.fr/comment-remplir-ma-pharmacie-vacances/actualite/1103	E-santé	5	1,25	4,10714
Requête 1	6	http://www.pasteur-lille.fr/pdf/trousse.pdf	Institut Pasteur Lille	4	0,67	2,16667
Requête 5	1	http://www.pasteur-lille.fr/pdf/trousse.pdf	Institut Pasteur Lille	1	1	2,16667
Requête 7	10	http://www.pasteur-lille.fr/pdf/trousse.pdf	Institut Pasteur Lille	5	0,5	2,16667
Requête 1	4	http://www.tripteaser.fr/partir/fiche-pratique/22/votre-trousse-a-pharmacie-en-voyage	Tripteaser	4	1	2,14286
Requête 3	6	http://www.tripteaser.fr/partir/fiche-pratique/22/votre-trousse-a-pharmacie-en-voyage	Tripteaser	6	1	2,14286
Requête 5	7	http://www.tripteaser.fr/partir/fiche-pratique/22/votre-trousse-a-pharmacie-en-voyage	Tripteaser	1	0,14	2,14286
Requête 1	9	http://femmes.orange.fr/loisirs/ou_p artir/	Orange	4	0,44	2,02516
Requête 2	12	http://femmes.orange.fr/loisirs/ou_p artir/	Orange	3	0,25	2,02516
Requête 3	11	http://femmes.orange.fr/loisirs/ou_p artir/	Orange	6	0,54	2,02516
Requête 4	12	http://femmes.orange.fr/loisirs/ou_p artir/	Orange	7	0,58	2,02516
Requête 5	13	http://femmes.orange.fr/loisirs/ou_p artir/	Orange	1	0,08	2,02516
Requête 6	16	http://femmes.orange.fr/loisirs/ou_p artir/	Orange	2	0,13	2,02516
Requête 2	11	http://www.allodocteurs.fr/actualite-sante-la-bonne-trousse-a-pharmacie-pour-l-ete-978.asp?1=1	Allo Docteur	3	0,27	2,00606
Requête 4	5	http://www.allodocteurs.fr/actualite-sante-la-bonne-trousse-a-pharmacie-pour-l-ete-978.asp?1=1	Allo Docteur	7	1,4	2,00606
Requête 6	6	http://www.allodocteurs.fr/actualite-sante-la-bonne-trousse-a-pharmacie-pour-l-ete-978.asp?1=1	Allo Docteur	2	0,33	2,00606
Requête 1	11	http://www.eurekasante.fr/voyage/avant-voyage/pharmacie-voyage.html	Eureka Santé	4	0,36	1,86364
Requête 3	4	http://www.eurekasante.fr/voyage/avant-voyage/pharmacie-voyage.html	Eureka Santé	6	1,5	1,86364
Requête 4	4	http://www.teteamodeler.com/sante/pharmacie/pharmacievacances.asp	Tete a Modeler	7	1,75	1,75
Requête 1	10	http://www.onedayonettravel.com/quels-medicaments-dans-sa-trousse-a-pharmacie-en-voyage/	One Day One Travel	4	0,4	1,57955
Requête 3	10	http://www.onedayonettravel.com/quels-medicaments-dans-sa-trousse-a-pharmacie-en-voyage/	One Day One Travel	6	0,6	1,57955
Requête 5	8	http://www.onedayonettravel.com/quels-medicaments-dans-sa-trousse-a-pharmacie-en-voyage/	One Day One Travel	1	0,125	1,57955
Requête 7	11	http://www.onedayonettravel.com/quels-medicaments-dans-sa-trousse-a-pharmacie-en-voyage/	One Day One Travel	5	0,45	1,57955
Requête 2	9	http://www.filsantejeunes.com/la-trousse-a-pharmacie-des-vacances-6420	Fil Santé Jeunes	3	0,33	1,20833
Requête 4	8	http://www.filsantejeunes.com/la-trousse-a-pharmacie-des-vacances-6420	Fil Santé Jeunes	7	0,88	1,20833

		6420				
Requête 3	5	http://www.expemag.com/technique/pharmacie-voyage.html	Expemag	6	1,2	1,2
Requête 3	8	http://pharmacies-aeroport.fr/conseils-pour-le-voyage/	Pharmacies d'Aéroports	6	0,75	1,15
Requête 3	15	http://pharmacies-aeroport.fr/pharmacie/terminal-2e-pharmacie-du-voyage/	Pharmacies d'Aéroports	6	0,4	1,15
Requête 1	12	http://sante.lefigaro.fr/sante/bebe/voyages-enfants/que-mettre-dans-trousse-pharmacie-pour-voyage	Le Figaro	4	0,33	1,05833
Requête 5	10	http://sante.lefigaro.fr/mieux-etre/voyages-pays/inde/avant-voyage-trousse-voyage	Le Figaro	1	0,1	1,05833
Requête 7	8	http://sante.lefigaro.fr/mieux-etre/voyages-pays/inde/avant-voyage-trousse-voyage	Le Figaro	5	0,63	1,05833
Requête 1	8	http://www.acs-ami.com/fr/blog/guide-voyage/trousse-a-pharmacie-voyage/	Assurance ACS	4	0,5	1,05754
Requête 3	16	http://www.acs-ami.com/fr/blog/guide-voyage/trousse-a-pharmacie-voyage/	Assurance ACS	6	0,38	1,05754
Requête 5	14	http://www.acs-ami.com/fr/blog/guide-voyage/trousse-a-pharmacie-voyage/	Assurance ACS	1	0,07	1,05754
Requête 6	18	http://www.acs-ami.com/fr/blog/guide-voyage/trousse-a-pharmacie-voyage/	Assurance ACS	2	0,11	1,05754
Requête 4	13	http://www.lapharmaciedevacances.com/pharmacie-de-vacances/listes-des-medicaments/	La Pharmacie de Vacances	7	0,54	1,03846
Requête 4	14	http://www.lapharmaciedevacances.com/	La Pharmacie de Vacances	7	0,5	1,03846
Requête 2	19	http://www.famili.fr/ma-trousse-a-pharmacie-de-vacances,603,396554.asp	Famili	3	0,16	0,93567
Requête 4	9	http://www.famili.fr/ma-trousse-a-pharmacie-de-vacances,603,396554.asp	Famili	7	0,78	0,93567
Requête 7	6	http://www.astrium.com/boutique/nouveautes/kit-crochet-magnetique-neodyme-detail.html	Astrium	5	0,83	0,83333
Requête 2	14	http://bougerenfamille.com/trousse-a-pharmacie/	Bouger en Famille	3	0,21	0,80563
Requête 4	16	http://bougerenfamille.com/trousse-a-pharmacie/	Bouger en Famille	7	0,44	0,80563
Requête 6	13	http://bougerenfamille.com/trousse-a-pharmacie/	Bouger en Famille	2	0,15	0,80563
Requête 2	8	http://www.femmesdebordees.fr/4.aspx?sr=112	Femmes débordées	3	0,34	0,775
Requête 6	5	http://www.femmesdebordees.fr/4.aspx?sr=112	Femmes débordées	2	0,4	0,775
Requête 3	17	http://www.docteurclic.com/technique/pharmacie-de-voyage.aspx	Docteur Clic	6	0,35	0,68627
Requête 3	18	http://www.docteurclic.com/pharmacie-de-voyage-37/sommaire.aspx	Docteur Clic	6	0,33	0,68627
Requête 1	13	http://www.pharmaciengiphar.com/voyages/preparer-son-voyage/composition-une-trousse-secours	Pharmacien Giphar	4	0,31	0,68034
Requête 2	17	http://www.pharmaciengiphar.com/voyages/preparer-son-voyage/composition-une-trousse-secours	Pharmacien Giphar	3	0,18	0,68034
Requête 5	11	http://www.pharmaciengiphar.com/voyages/preparer-son-voyage/composition-une-trousse-secours	Pharmacien Giphar	1	0,09	0,68034

Requête 6	19	http://www.pharmaciengiphar.com/voyages/preparer-son-voyage/composition-une-trousse-secours	Pharmacien Giphar	2	0,11	0,68034
Requête 3	9	http://www.explanian.com/fr/chaines/sante/detail/comment-composer-une-pharmacie-de-voyage	Explanian	6	0,67	0,66667
Requête 2	16	http://www.belambra.fr/preparer-une-trousse-a-pharmacie-pour-les-vacances	Belambra	3	0,19	0,65417
Requête 4	15	http://www.belambra.fr/preparer-une-trousse-a-pharmacie-pour-les-vacances	Belambra	7	0,47	0,65417
Requête 5	16	http://voyage.gc.ca/voyager/sante-securite/trousse	Gouvernement du Canada	1	0,06	0,61806
Requête 7	9	http://voyage.gc.ca/voyager/sante-securite/trousse	Gouvernement du Canada	5	0,56	0,61806
Requête 3	19	http://www.axaprevention.fr/objectif-securite/vacances-loisirs-securite/Pages/trousse-a-pharmacie-voyage.aspx	Axa	6	0,32	0,61579
Requête 3	20	http://www.axa.fr/habitation-familles-loisirs/Pages/trousse-pharmacie-voyage.aspx	Axa	6	0,3	0,61579
Requête 2	15	http://videos.tf1.fr/jt-we/2014/la-trousse-a-pharmacie-indispensable-pour-les-vacances-8443600.html	Vidéo TF1	3	0,2	0,61176
Requête 4	17	http://videos.tf1.fr/jt-we/2014/la-trousse-a-pharmacie-indispensable-pour-les-vacances-8443600.html	Vidéo TF1	7	0,42	0,61176
Requête 3	12	http://www.mackoo.com/pharmacie-voyage.htm	Mackoo	6	0,5	0,5
Requête 1	16	http://www.dgdr.cnrs.fr/drh/protect-soc/documents/missions-etranger_trousse.pdf	CNRS - IRD - MNHN - Cemagref	4	0,25	0,5
Requête 5	4	http://www.dgdr.cnrs.fr/drh/protect-soc/documents/missions-etranger_trousse.pdf	CNRS - IRD - MNHN - Cemagref	1	0,25	0,5
Requête 3	13	http://www.creapharma.ch/voyage.htm	Creapharma	6	0,46	0,46154
Requête 2	13	http://www.top-bebe.com/allo_docteur/la_trousse_d_e_secours_speciale_vacances.html	Top Bébé	3	0,23	0,45299
Requête 6	9	http://www.top-bebe.com/allo_docteur/la_trousse_d_e_secours_speciale_vacances.html	Top Bébé	2	0,22	0,45299
Requête 3	14	http://www.votrepharmaciedevoyage.be/	Votre Pharmacie de Voyage	6	0,43	0,42857
Requête 7	12	http://www.amazon.fr/kit-voyage-avion/s?ie=UTF8&page=1&rh=n%3A197861031%2Ck%3Akit%20voyage%20avion	Amazon	5	0,42	0,41667
Requête 4	18	http://unblogunemaman.blogspot.fr/2011/07/ma-trousse-pharmacie-en-vacances-avec.html	Un Blog une Maman	7	0,39	0,38889
Requête 7	13	http://www.vert-costa-rica.fr/mon-voyage/information-sante-secrets-bonne-trousse-pharmacie-voyage	Vert Costa Rica	5	0,38	0,38462
Requête 4	19	http://sante.journaldesfemmes.com/magazine/trousse-a-pharmacie-des-vacances-les-indispensables/	Journal des Femmes	7	0,37	0,36842
Requête 7	14	http://traveller-in-hijab.com/kit-sante/	Traveller in Hijab	5	0,36	0,35714
Requête 4	20	http://suite101.fr/article/trousse-de-pharmacie-pour-les-vacances-economique-au-naturel-a14103	Suite 101	7	0,35	0,35
Requête 7	15	http://www.tripadvisor.fr/ShowTopic-g294226-i7220-k3389520-Sante_Trousse_de_secours_FAQ-Bali.html	Trip Advisor	5	0,33	0,33333

Requête 7	16	http://www.comprendre-mutuelle-sante.fr/trousse-a-pharmacie-de-voyage-le-kit-de-premiers-secours/	Comprendre Mutuelle Santé	5	0,31	0,3125
Requête 7	17	http://www.jeancoutu.com/sante/conseils-sante/quoi-mettre-dans-sa-trousse-sante-voyage/	Jean Coutu	5	0,29	0,29412
Requête 7	18	http://www.comptoirsante.com/kit-de-voyage.html	Comptoir Santé	5	0,28	0,27778
Requête 1	18	http://www.instinct-voyageur.fr/quoi-mettre-dans-sa-trousse-de-pharmacie-pour-voyager/	Instinct Voyageur	4	0,22	0,27222
Requête 5	20	http://www.instinct-voyageur.fr/quoi-mettre-dans-sa-trousse-de-pharmacie-pour-voyager/	Instinct Voyageur	1	0,05	0,27222
Requête 1	20	http://www.allibert-trekking.com/115-trousse-secours-voyage.htm	Allibert Trekking	4	0,2	0,26667
Requête 5	15	http://www.allibert-trekking.com/115-trousse-secours-voyage.htm	Allibert Trekking	1	0,07	0,26667
Requête 1	15	http://lesacadados.com/trousse-de-secours-voyage-kit-essentiel	Le Sac à Dos	4	0,27	0,26667
Requête 7	20	http://www.atrium-sante.fr/nuxe/2325-nuxe-kit-de-voyage.html	Atrium	5	0,25	0,25
Requête 1	17	http://www.astrazeneca.fr/votre-sante/tests-et-utilitaires/trousse-pharmacie	Astrazeneca	4	0,24	0,23529
Requête 1	19	http://www.chups.jussieu.fr/polys/dus/diumedvoyages/Jaureguiberry.pdf	CHU Jussieu	4	0,21	0,21053
Requête 5	5	http://www.mondial-assistance.fr/entreprise/informations-et-conseils/informations-par-theme/Preparation-voyage/trousse-medicale.aspx	Mondial Assistance	1	0,2	0,2
Requête 5	19	http://www.pratique.fr/trousse-soin-ideale-voyage.html	Pratique	1	0,05	0,18596
Requête 6	15	http://www.pratique.fr/trousse-soin-ideale-voyage.html	Pratique	2	0,13	0,18596
Requête 6	11	http://www.infobebes.com/Bebe/Sante/Sante-pratique/Trousse-de-secours/Trousse-de-secours-de-Bebe-en-vacances	Info Bébé	2	0,18	0,18182
Requête 2	18	http://www.vosquestionsdeparents.fr/dossier/698/sante-en-vacances-quelles-precautions-pour-un-ete-sans-soucis	Vos questions de Parents	3	0,17	0,16667
Requête 2	20	http://www.pharmacie-beraudiere.com/La-trousse-a-Pharmacie-des.html	Pharmacie Beraudière	3	0,15	0,15
Requête 6	14	http://www.santemagazine.fr/trousse-de-secours-les-indispensables-de-vos-vacances-d-hiver-29561.html	Santé magazine	2	0,14	0,14286
Requête 6	17	http://www.babyfrance.com/fr/guide-bebe/mon-bebe/vie-pratique-et-familiale/vacances-avec-bebe/1379-la-trousse-de-secours-des-vacances-pour-bebe	Baby France	2	0,12	0,11765
Requête 5	9	http://medecinetropicale.free.fr/cours/trousse-medicale.pdf	Medecine Tropicale	1	0,11	0,11111
Requête 6	20	http://cielsante.com/blog/1-contenu-pour-la-trousse-a-pharmacie-vacances/	Ciel Santé	2	0,1	0,1
Requête 5	12	http://www.voyagezen.fr/la-trousse-medicale-parfaite-en-3-lecons/	Voyage Zen	1	0,08	0,08333
Requête 5	18	http://www.world-of-islands.com/Infos/Sante/trousse_fr.htm	World of Islands	1	0,06	0,05556

PAULINE AVRIL

TROUSSE A PHARMACIE DU VOYAGEUR ET CAS PARTICULIERS

RÉSUMÉ

La bibliographie scientifique concernant l'élaboration de la trousse à pharmacie du voyageur est pauvre. Cet écrit présente une comparaison entre les recommandations officielles mondiales (OMS, BEH, ...) et les informations disponibles sur les sites commerciaux consultables sur internet.

Lors de l'élaboration de la trousse à pharmacie, le voyageur fait face à plusieurs problématiques : qu'en est-il de l'accès aux médicaments dans le Monde ? quelles sont leurs conditions de transport ? ou encore quelles peuvent être les contraintes de délivrance avant ou pendant un voyage ?

Une attention particulière est à porter sur la conception de la trousse à pharmacie de voyageurs spécifiques comme le séropositif au VIH, le diabétique, le dialysé ou le patient traité par un antivitamine K.

Mots-clés : trousse à pharmacie, voyage, accès aux médicaments, stupéfiants, VIH, diabétique, dialysé, antivitamine K

TRAVEL HEALTH KIT AND SPECIAL CASES

ABSTRACT

The scientific bibliography on the formation of the traveler's first aid kit is poor. This writing demonstrates a comparison between global official recommendations (WHO, BEH , ...) and the information available on commercial sites that will consult on the Internet.

During the formation of the first aid kit , travelers can ask several questions: what about access to medicines in the World ? What are their conditions of carriage? or what might be drug delivery constraints before or during a trip?

Particular attention should be on developping the travel health kit specific travelers as HIV positive , diabetic , on dialysis or patient treated by anticoagulants

Keywords : travel health kit, travel, access to medicines, narcotics, HIV , diabetes, dialysis , antivitamin K



UFR SCIENCES
PHARMACEUTIQUES
ET INGÉNIERIE DE LA SANTÉ