

# Centre de Vaccinations Internationales de la Ville de Marseille

## Conseils aux voyageurs 2015 Pèlerins se rendant à La Mecque

### VACCINATIONS

**1) Obligatoire :** vaccination contre les **méningocoques** par un vaccin **tétravalent (A, C, Y, W 135) :**

*Deux vaccins sont disponibles :*

*le Menvéo® (+ de 2 ans) et le Nimenrix® (+ de 1 an) dans toutes les pharmacies (prix moyen 70 €),  
attention de ne pas utiliser le vaccin méningite A+C ou méningite C seule.*

**2) Fortement conseillées** à l'occasion de votre séjour en Arabie Saoudite :

- Recommandées en France : **rougeole**, rubéole, **tétanos**, **diphtérie**, **poliomyélite**, coqueluche ;
- Recommandées à la Mecque : **hépatite A**, typhoïde ;
- Recommandées seulement dans certains cas (voir votre médecin) : **Pneumocoque**.

**L' hépatite A**, transmise par l' eau et les aliments est très fréquente hors d' Europe ; c' est une maladie dont la gravité augmente avec l' âge. Une prise de sang permet de voir si vous êtes déjà protégé contre cette maladie (Sérologie hépatite A : IgG ou IgTotaux / ne pas demander les IgM). Une injection de rappel se fait 6 à 12 mois après la première, et, ensuite la protection est définitive sans rappel nécessaire.

**La typhoïde** est une diarrhée infectieuse particulièrement grave ; elle est transmise par contact inter-humain, notamment par les mains sales. La vaccination en une seule injection protège pendant 3 ans. Elle est recommandée pour les voyageurs devant effectuer un séjour prolongé ou dans de mauvaises conditions.

*Toutes les vaccinations, **y compris celle contre les méningocoques (A, C, Y, W 135)**, peuvent être pratiquées par votre **médecin traitant** ou une **infirmière sur ordonnance**.*

### PROTECTION CONTRE LES MOUSTIQUES

De nombreuses maladies sont transmises par les moustiques ;  
la **Dengue** sévit régulièrement en Arabie Saoudite dans la région de Djeddah.  
Contre cette maladie, il n' y a ni vaccin ni traitement.

*(Éviter la prise d'aspirine et préférer le **paracétamol** pour traiter fièvre et/ou douleur)*

Portez des vêtements couvrants et amples et imprégnez-les d' insecticide pour tissus contenant de la **perméthrine** : cet insecticide est efficace pour prévenir les piqûres de moustiques pendant au moins 2 semaines, dans des conditions de lavage normal.

Appliquez des répulsifs (lotion, gel ou crème) sur les zones découvertes de la peau permet de repousser les moustiques.

MAJ 18/06/2015

## **PRÉVENTION – RÈGLES D'HYGIÈNE**

### **Maladies chroniques (diabète, HTA, asthme, etc....)**

**Nouveau Coronavirus MERS-CoV** : le ministère de la santé d'Arabie Saoudite déconseille aux personnes âgées, à celles souffrant de maladies chroniques, aux femmes enceintes et aux enfants, d'effectuer le petit pèlerinage (Oumra) et le grand pèlerinage (Hajj), à la Mecque cette année.

Les pèlerins souffrant d' une maladie chronique doivent consulter leur médecin traitant pour faire «le point» avec lui ; une ordonnance rédigée avec le nom international des médicaments est conseillée, ainsi qu' un court résumé de la maladie, en anglais de préférence.

### **Traumatismes : accidents de la voie publique, écrasements, chutes...**

Lors des pèlerinages, les causes traumatiques d' hospitalisation et de décès sont fréquentes.

### **S'hydrater régulièrement (boire) et se protéger de la chaleur**

#### **Lavage des mains**

Il faut se laver les mains fréquemment et le plus régulièrement possible, notamment après avoir toussé, éternué ou s' être mouché.

- ▶ Se savonner les mains, si possible avec du savon liquide ;
- ▶ Se frotter les mains pendant 30 secondes. Ne pas oublier de frotter le dos de la main, entre les doigts, sous les ongles puis les poignets ;
- ▶ Se sécher les mains avec une serviette propre, si possible jetable.

#### **Mouchage, éternuement, crachat, toux**

Il est nécessaire, lorsque l' on tousse, éternue, se mouche, crache, de se couvrir la bouche et/ou le nez (de préférence avec un mouchoir jetable). Cracher par terre doit absolument être proscrit.

## **CONSEILS SUPPLÉMENTAIRES**

L'Arabie Saoudite dispose d' une très bonne infrastructure médicale. Le consulat général de France à Djeddah est disponible pour aider les français pendant le pèlerinage :

Permanence spécifique pèlerinage: Tél (00 966) 503 36 57 83

Consulat général: Tél (00 966) 2 668 15 50

Consulat général permanence: Tél (00 966) 505 35 18 02

Internet : <http://www.consulfrance-djeddah.org> ; courriel: [contact@consulfrance-djeddah.org](mailto:contact@consulfrance-djeddah.org)

## **CENTRE DE VACCINATIONS INTERNATIONALES**

Les vaccinations et les informations aux voyageurs sont réalisées **SUR RENDEZ-VOUS, le lundi , mardi, mercredi et vendredi, de 9h à 12h00, et de 13h30 à 16h, FERME LE JEUDI.**

**Attention : il ne sera pas délivré de Certificat International de Vaccination ou de Prophylaxie aux personnes vaccinées hors du centre (médecin traitant par exemple).**

MAJ 18/06/2015