

Trousse du voyageur : que doit-on emporter pour l'enfant ?



N. DE SUREMAIN
Urgences pédiatriques,
Hôpital Armand Trousseau,
Groupe de pédiatrie tropicale,
Hôpital Robert Debré,
PARIS.

En amont de la consultation, de nombreux sites et supports existent pour préparer au mieux une consultation du voyage (connaître par avance la destination est une aide précieuse et un gain de temps) :

- fiches conseils et ordonnances types pour l'enfant voyageur rédigées par le Groupe de pathologie tropicale sur le site de la Société française de pédiatrie ([www : sf-pediatrie. com/GPT](http://www.sf-pediatrie.com/GPT)) ;
- conseils et recommandations publiés annuellement dans le Bulletin épidémiologique hebdoma-

daire consacré aux voyages (www.invs.sante.fr/beh) ;

– liste d'une pharmacie de voyage sur le site suisse de Safetravel (www.safetravel.ch) ;

– fiches pratiques par pays avec les ressources médicales sur place sur le site du Ministère des affaires étrangères, "la maison des Français à l'étranger" (www.cimed.org).

Trousse du voyageur : que doit-on emporter pour l'enfant ?

Les destinations et les demandes sont très diverses ; il n'est donc pas possible de proposer une trousse à pharmacie type. Il y a autant de trousse que de voyageurs et de diversités de voyages qu'ils s'agissent de touristes voyageant avec leurs enfants pour quelques jours ou semaines, d'enfants retournant pour les vacances dans le pays d'origine de leur famille ou accompagnant leurs parents pour plusieurs mois en expatriation ou pour un "tour du monde". Ces enfants parfois exposés à des pathologies spécifiques de la région visitée sont le plus souvent

confrontés à des événements de santé qui hors du contexte du cadre de vie habituel peuvent devenir rapidement problématiques. Voyager avec des enfants, même en Europe, nécessite une certaine organisation, une anticipation et des conseils adaptés à chaque situation [1-5] (*tableau I*).

La constitution de la trousse à pharmacie de l'enfant est une étape essentielle de la consultation de prévention du voyage. Longue et complexe, cette consultation peut être préparée en avance, voire sollicitée en posant la question de la destination des prochaines vacances chez tout enfant suivi pour une pathologie chronique ou de parents d'origine étrangère. Elle implique de connaître les risques sanitaires par pays et l'épidémiologie des pathologies de retour pour mieux les prévenir [1-5]. Entre la pléthore et l'essentiel, la constitution de la trousse devra être adaptée à l'enfant lui-même, son voyage, sa pathologie chronique, les activités envisagées, les conditions de vie sur place, les ressources médicales locales, l'adhésion des parents et la charge financière. Pour être synonyme d'un voyage serein, la trousse devrait contenir au minimum de quoi subvenir au traitement de fond, et aux principaux risques pour lesquels il existe des moyens de prévention. Elle doit rester simple et de bon sens. Il est préférable de s'appuyer sur une liste permettant de faire un choix adapté pour chaque enfant sans omettre l'indispensable. Au terme de la consultation, il faudra donner un mode d'emploi écrit, succinct et clair pour chaque produit prescrit.

Il est conseillé aux familles de partir avec la totalité des consommables et des médicaments afin d'éviter d'avoir recours à des achats sur place en raison des difficultés d'approvisionnements, d'équivalence et des risques de contrefaçon. Les médicaments doivent être gardés dans leur emballage avec les notices et non en vrac, source d'erreur. Il est préférable de les répartir dans des bagages séparés et de conserver ceux d'importance vitale dans

les bagages à main, afin de toujours pouvoir disposer d'une réserve de quelques jours en cas de vol ou de perte d'un des bagages. La galénique et le dosage des produits seront adaptés à l'âge. Privilégier la prescription de comprimés à sucer plutôt que les comprimés effervescents, les sachets plutôt que les sirops et éviter les suppositoires. Les médicaments ne doivent pas être exposés aux températures extrêmes. Une boîte en plastique hermétique disposée au milieu des affaires est un conditionnement adapté qui tient compte des écarts de température, de l'humidité et du volume.

En cas de pathologie chronique, chaque enfant devra emporter son traitement de fond et les médicaments indispensables pour traiter une éventuelle urgence en rapport avec la maladie, en quantité suffisante pour la durée du séjour, accompagné d'une prescription de secours en DCI, de la photocopie du carnet de santé avec les coordonnées du médecin traitant ou éventuellement du médecin spécialiste, et la carte européenne d'assurance maladie ou d'assistance internationale. Les parents ne devront pas hésiter à solliciter le spécialiste référent de l'enfant pour les conseils et les compte-rendus exhaustifs.

En voyage, les enfants sont fréquemment victimes de problèmes de santé, principalement liés aux accidents domestiques, à l'environnement, à l'alimentation et à l'eau. La diarrhée touchera plus d'un enfant sur deux, suivi des affections des voies respiratoires, des dermatoses et de la fièvre [1]. Aussi, il est important de rappeler aux familles et à l'enfant les règles d'hygiène alimentaire et hydrique de base, tout en restant réaliste, en insistant sur le lavage des mains, sur la nécessité de ne boire que de l'eau potable (en provenance de bouteille capsulée intacte), de ne manger que des aliments pelés, cuits ou bouillis et que les glaçons et les glaces sont à prohiber. Les familles surtout avec de jeunes enfants doivent partir avec des solutés de réhydratation (SRO) dont la reconstitution avec de l'eau propre (rappeler que la contenance d'un verre ordinaire est de 200 mL) et les modalités d'utilisation auront clairement été expliquées afin de prévenir la déshydratation (liées à la fièvre, à la chaleur, la diarrhée et aux vomissements).

Si une antibiothérapie de réserve n'est pas recommandée en auto traitement, en cas de terrain fragile, d'éloignement d'une structure de soins, on pourra être amené à prescrire des antibiotiques ou un traitement curatif de l'accès palustre. Dans ces cas, en plus de préciser par écrit les indications, la posologie, et de s'assurer de la bonne compréhension des parents, il est nécessaire de recommander de consulter un médecin le plus rapidement possible. Selon la région, l'antibiothérapie probabiliste de réserve de la diarrhée est l'azithromycine (20 mg/kg/j en une prise par jour); celle des infections ORL et respiratoires est l'amoxicilline (80-100/kg/j en 2 à 3 prises); et celle des infec-

| | Trousse | |
|--|--|---|
| | Indispensable pour tous | En fonction du voyage |
| Médicaments | Traitement de fond Paracétamol Solution de réhydratation | Traitement du paludisme (préventif) Antibiothérapie de réserve <ul style="list-style-type: none"> ● de la diarrhée; ● des infections ORL et respiratoires; ● des infections cutanées. Antihistaminique Traitements de "confort" : <ul style="list-style-type: none"> ● antisecretoire; ● antispasmodique; ● traitement de la constipation; ● traitement du mal des transports. Traitement antipaludéen (de réserve) |
| Petits matériels de soins et pansements | Paire de petits ciseaux Pince à écharde ou à tiques Thermomètre incassable Antiseptique de préférence en flacon unidose ou en spray Ruban adhésif, sparadrap Bandes (Velpeau) Sutures adhésives (Steristrip) Pansements (boîte de tailles assorties et grandes taille Mepore) Compresse Interface (Jelonet) | Kit de suture à usage unique Kit de perfusion / injection |
| Cosmétiques et produits d'hygiène | Solution hydro-alcoolique Répulsifs insectes peau et imprégnation tissu Crème cicatrisante ou pâte à l'eau (dermite du siège) Antiseptique oculaire / collyre Dosettes de sérum physiologique | 2^e paire de lunette de vue Désinfection de l'eau de boisson / filtre à eau Moustiquaire imprégnée Crème solaire (indice > 30) Baume à lèvres Préservatifs |

Tableau I.

POINTS FORTS

- Les principaux risques d'un voyage pour un enfant, surtout en zone tropicale, sont liés aux accidents domestiques ou de la voie publique, à l'alimentation et à l'eau, à l'environnement (soleil, chaleur, animaux, insectes, etc.).
- Les conseils généraux et de bon sens doivent se focaliser sur ces risques pour lesquels existe une prévention connue et efficace (conseils de sécurité et d'hygiène alimentaire, de réhydratation, de prévention de piqûres d'insectes et de prophylaxie antipalustre).
- La constitution d'une trousse à pharmacie doit rester simple en s'assurant de la bonne compréhension de l'usage de chaque produit prescrit.

tions cutanées est la mupirocine en crème plus ou moins avec de l'amoxicilline-acide clavulanique [5]. Toute plaie, même minime doit être lavée, désinfectée et protégée. En effet, en pays chauds et humides, le retard à la cicatrisation d'une moindre égratignure peut très rapidement se transformer en une pyodermite.

■ Conclusion

La constitution de la trousse à pharmacie est une étape essentielle dans la délivrance des conseils. Elle permet d'aborder les risques encourus et les moyens de les prévenir, d'expliquer les soins et d'envisager les urgences. Des médicaments sans explication sont aussi inutiles que des conseils sans matériels et moyen ! Il faudra remettre à l'issue de la consultation, un document écrit et commenté avec des ordonnances nominatives. Pour chaque symptôme seront notés le traitement choisi, sa posologie, la dose maximale à ne pas dépasser et les signes motivant le recours à une consultation en urgence.

BIBLIOGRAPHIE

1. BRIGOT-ROTENBERG D, QUINET B, MOULIN F *et al.* Enquête auprès des familles d'enfants voyageurs : évaluation des conseils de prévention et prévalence des maladies rencontrées lors d'un séjour hors d'Europe. *Arch Pediatr*, 2016;23:360-366.
2. SORGE F, DESCHAMPS N. Le Groupe de Pédiatrie Tropicale. Consultation de l'enfant voyageur. *EMC - Pédiatrie - Maladies Infectieuses*, 2013; 8:1-14 [Article 4-211-A-10]
3. HAGMANN S, NEUGEBAUER R, SCHWARTZ E *et al.* Illness in children after international travel : analysis from the Geosentinel Surveillance Network. *Pediatrics*, 2010;125:e1072.
4. NAUDIN J, BLONDÉ R, ALBERTI C *et al.* Aetiology and epidemiology of fever in children presenting to the emergency department of a French paediatric tertiary care centre after international travel. *Arch Dis Child*, 2012;97:107-111.
5. BEH: Recommandations sanitaires pour les voyageurs 2016. *Bull Epidemiol Hebd Hors-série* 31 mai 2016: 1-66. (invs.santepubliquefrance.fr/BEH)

L'auteur a déclaré ne pas avoir de conflits d'intérêts concernant les données publiées dans cet article.

Adiaril, le premier geste pour une réhydratation adaptée

LE SRO* INDISPENSABLE À GLISSER DANS TOUTES LES TROUSSES DES BÉBÉS EN VOYAGE !



Nouveau pack été 2017

- **Formule conforme aux recommandations de composition de l'HAS**⁽¹⁾**
- **Produit remboursé pour les enfants de moins de 5 ans atteints de diarrhées aiguës (prise en charge LPP : 6,20 €)*****

* SRO : Soluté de Réhydratation Orale.

** HAS : Haute Autorité de Santé.

*** Arrêté du 16 mai 2003 - JO du 5 juin 2003. Code LPP : 1175983.

(1) Avis CNEDiM TS sur les SRO, HAS 21 juillet 2015.

Adiaril est un Aliment Diététique Destiné à des Fins Médicales Spéciales. À utiliser sous contrôle médical.