

Prévention

Le nombre de personnes infectées par le VIH est en augmentation à l'échelle mondiale. Les pays les plus touchés sont les pays tropicaux du sud de l'Afrique. Beaucoup de pays dans le monde entier sont encore confrontés à une augmentation du nombre d'infections et une baisse considérable des nouvelles infections n'est pas observée non plus en Europe de l'Ouest. Le nombre de nouvelles infections est en augmentation en Europe de l'Est. Les taux d'infections les plus élevés en Europe de l'Ouest et en Europe Centrale représentent des pays comme l'Estonie (20.6/100000) et la Lettonie (19.8/100000). En 2015, aussi la Suisse faisait partie des leaders avec 537 nouvelles infections (6.5/100000) ensemble avec la Belgique (8.9/100000), l'Angleterre (9.4/100000), le Portugal (9.5/100000) et le Irlande (10.5/100000). Le danger de contagion dépend surtout du comportement personnel. Le risque de s'infecter lors d'un rapport sexuel non protégé est présent à l'échelle mondiale. En principe, il faut utiliser un préservatif pour tout contact sexuel avec une personne inconnue. Toute personne qui n'est pas en possession d'un résultat négatif (test récent) peut transmettre le VIH. Un seul contact suffit pour être contaminé par le VIH.

Voyager avec le VIH/SIDA

Les personnes atteintes du SIDA devraient éviter de voyager dans des pays tropicaux car des complications graves peuvent apparaître en cas d'infection.

Les porteurs du VIH avec un nombre de cellules CD4 <200/ μ L courent un risque accru de contracter des infections liées aux voyages. Les recommandations actuelles de médecine des voyages peuvent par exemple être consultées sur les pages des pays correspondants de ce site web (www.healthytravel.ch). Avant d'effectuer un voyage dans un pays tropical ou subtropical, une consultation individuelle de médecine des voyages auprès d'un centre spécialisé ou d'un spécialiste en médecine tropicale est souvent très utile. Les personnes voyageant sur de longues durées devraient s'informer sur l'assistance médicale disponible dans le pays de destination. Le contenu de la pharmacie de voyage doit être discuté avec le médecin traitant. Les médicaments emportés doivent être listés par écrit et accompagnés d'un certificat en langue anglaise. Certains pays émettent des réserves quant à l'entrée des voyageurs atteints du SIDA ou VIH (voir ci-dessous).

Les sujets VIH séropositifs peuvent voyager aux conditions suivantes sans importants risques de santé :

- en cas de CD4 sous 500 cellules/ μ L discussion préalable avec le médecin traitant concernant la nécessité d'un début de traitement antirétroviral (ARV)
- si sous ARV, suffisamment de médicaments doivent être emportés pour la durée du séjour et pour des éventuelles urgences (au moins pour une semaine de plus)
- une prévention rigoureuse des maladies sexuellement transmissibles doit être respectée (préservatif)
- le carnet de vaccinations doit être à jour (voir ci-dessous)
- les recommandations de prophylaxie contre le paludisme doivent être respectées (voir ci-dessous)
- les règles d'hygiène alimentaire doivent être strictement respectées (voir ci-dessous)
- en cas d'apparition de problèmes de santé, consulter un médecin le plus rapidement possible.

Hygiène alimentaire

Le risque d'infections gastro-intestinales est particulièrement élevé chez les porteurs du VIH. Il est très important de se laver les mains avant les repas et à la sortie des toilettes.

A éviter:

- légumes crus et fruits non pelés
- préparations à base de viande ou de poisson insuffisamment chauffées et leurs sauces
- lait cru et produits laitiers, glace, gâteaux, crèmes
- eau du robinet et glaçons à l'eau du robinet
- aliments ayant été fabriqués dans des conditions d'hygiène douteuses.

S'il n'y a pas d'eau minérale en bouteille, il faut faire bouillir l'eau du robinet pendant 1 minute. A des altitudes >2000m, l'eau doit bouillir durant 3 minutes.

FICHE D'INFORMATIONS VIH/SIDA ET VOYAGE

Vaccinations

Chez les personnes atteintes du SIDA et les personnes qui ont un faible nombre de cellules (<200) CD4, la protection conférée par les vaccinations n'est pas comparable à celle des personnes ayant des défenses immunitaires normales.

Les vaccins vivants (par ex. contre la fièvre jaune, rougeole/oreillons/rubéole/varicelle) ne peuvent pas être administrés aux personnes immunodéficientes (CD4 < 200 cellules/ μ L). Si la vaccination contre la fièvre jaune fait partie des conditions d'entrée dans le pays, un certificat de dispense de vaccination peut être délivré, à condition qu'il n'y ait pas de risque particulier. Pour en juger, les données épidémiologiques doivent être prises en compte; pour obtenir ces informations, il est nécessaire de consulter un centre de médecine des voyages ou un spécialiste en médecine tropicale.

Si le voyage est considéré trop risqué sans vaccination, il est vivement recommandé de le reporter. Le vaccin vivant contre la rougeole doit toutefois être administré aux porteurs du VIH non immunisés qui ont une numération cellulaire au dessus de 200 cellules/ μ L car la rougeole peut avoir une évolution plus dangereuse chez les sujets atteints du SIDA.

Paludisme

Les directives pour la prophylaxie du paludisme s'appliquant aux personnes en bonne santé s'appliquent encore plus aux personnes atteintes du VIH/SIDA. Le risque de paludisme clinique est d'autant plus grand que le système immunitaire est affaibli.

Il n'existe que peu de données sur l'efficacité et la sécurité de médicaments antipaludéens chez les patients avec une infection à VIH sous thérapie antirétrovirale. Toutefois, on n'observe pas une augmentation d'échecs thérapeutiques ou de prophylaxie chez des personnes positives au VIH. En principe, atovaquone/proguanil (MALARONE®), la méfloquine, la chloroquine et la doxycycline peuvent être utilisés comme prophylaxie.

Les interactions de médicaments antipaludéens sont possibles surtout avec les inhibiteurs de protéase et avec les inhibiteurs non nucléosidiques de la reverse-transcriptase (NNRTIs). Pour une meilleure tolérance et une absorption accrue, tous les médicaments mentionnés doivent être pris lors d'un repas.

Pour une clarification d'éventuelles interactions, il convient de consulter le site Web <http://www.hiv-druginteractions.org> ou prendre contact avec un centre spécialisé.

Traitement antirétroviral

Chez les personnes envisageant d'effectuer un voyage, le traitement antirétroviral devrait s'être révélé efficace et bien toléré durant au moins trois mois avant le départ. Il faut éviter l'interruption du traitement et il faut explicitement observer une bonne adhésion au traitement pendant le voyage. Toute interruption de traitement durant le voyage doit impérativement être discutée avec un centre spécialisé. Les interruptions de traitement, surtout si elles sont fréquentes, augmentent le risque non seulement d'infections mais également de complications cardiovasculaires.

Pour les personnes sous traitement antirétroviral, les mesures suivantes sont à respecter:

- Les médicaments doivent être mis la moitié dans le bagage à main et l'autre moitié dans le bagage en soute.
- Vérifier la disponibilité des médicaments dans le pays de destination et veiller à emporter les ordonnances et certificats en langue anglaise (Medical Certificate) s'y rapportant. Toutefois, ces documents ne sont souvent pas d'une grande aide lorsqu'il est nécessaire d'acheter des médicaments sur place.
- En fonction de la destination, il est préférable d'opter pour un emballage neutre.
- Respecter les conditions de conservation et de transport.

Réglementations des tests VIH

Certains pays exigent des voyageurs un test VIH. Les personnes concernées sont surtout les immigrants, mais aussi en partie les étudiants et les travailleurs. Il faut s'informer avant chaque départ des directives d'entrée auprès du service consulaire des pays de destination. Vous trouverez de plus amples informations sur les sites internet suivants (prendre en considération la date d'émission):

- Aide Suisse contre le Sida: <http://www.aids.ch/fr/index.php>
- VIH/sida - questions fréquentes : <https://www.aids.ch/fr/questions-frequentes/>
- Conditions d'entrée pour les personnes infectées par le VIH (en anglais): <http://www.hivrestrictions.org/> ou <http://www.hivtravel.org>
- Joint United Nations Programme on HIV/AIDS: <http://www.unaids.org/en/>
- European Centre for Disease Prevention and Control: <https://www.ecdc.europa.eu/en/hiv-infection-and-aids>
- <http://www.aidsmap.com/>