SECTION D'INFORMATIONS PERSONNELLES

Maladie :

Médecin traitant :

Traitement en cours :

Intolérance/allergie à des médicaments :

Vaccins reçus en prévision du départ :

Ce projet est rendu possible grâce
à la contribution financière de

abbvie

VOYAGER
AVEC UN TRAITEMENT
IMMUNOSUPPRESSEUR
C'EST POSSIBLE !

Il est possible de voyager même si vous êtes sous traitement immunosuppresseur. Voici une liste de réflexions et conseils qui vous permettront de bien planifier et mieux profiter de votre voyage.

CONSEILS GÉNÉRAUX AVANT VOTRE DÉPART

1 Connaissez les détails de votre condition dermatologique avant votre départ :
- **Comment s'appelle votre maladie?**
- **Quels médicaments prenez-vous ?**

Vous pourriez devoir fournir ces informations durant votre voyage.

2 Contactez votre compagnie d'assurance pour vérifier si votre couverture médicale est adéquate en fonction de votre maladie. Les couvertures varient. Aurez-vous besoin d'une couverture supplémentaire? Votre dermatologue ne détient pas ces informations.

3 Rendez-vous à la clinique santé-voyage pour recevoir des informations spécifiques à votre destination. Votre dermatologue n'est pas la personne appropriée pour prescrire un antibiotique spécifique en cas d'infection. **Les bactéries varient en fonction des destinations.** Votre dermatologue ne détient pas ces informations.

4 C'est en clinique santé-voyage que vous serez guidé sur la vaccination spécifique à votre destination. Puisque vous recevez un traitement immunosuppresseur (Cosentyx®, Enbrel®, Humira®, Inflectra, Méthotrexate, Néoral®, Prednisone, Remicade®, Stelara®, Siliq®, Taltz®, Tremfya®), vous ne pouvez pas recevoir de vaccin vivant atténué tels que ceux de la fièvre jaune ou de la typhoïde orale. Si vous devez absolument recevoir un vaccin vivant, demandez à votre dermatologue quelle serait la procédure la plus sûre pour le recevoir. **N'oubliez pas qu'il faut quelques semaines pour qu'un vaccin soit efficace: prévoyez votre vaccination avant votre départ!**

CONSEILS SPÉCIFIQUES À VOTRE MÉDICAMENT

1 Assurez-vous d'avoir suffisamment de médicaments pour toute la durée de votre séjour.

2 Conservez votre médicament avec vous dans votre bagage à main.

3 Conservez votre médicament dans son contenant d'origine avec son étiquette selon les recommandations.

4 Demandez à votre pharmacien de vous remettre une copie du profil de vos médicaments.

5 Si vous avez un médicament injectable, n'oubliez pas de vous procurer une autorisation pour voyager avec des aiguilles.

6 Si vous avez un médicament injectable, n'oubliez pas de le conserver à la bonne température :

Médicament	Stabilité (temps)	Température maximale
Cosentyx®	4 jours	29 °C
Enbrel®	60 jours	27 °C
Humira®	14 jours	25 °C
Stelara®	4 heures	25 °C
Siliq®	14 jours	25 °C
Taltz®	5 jours	30 °C
Tremfya®	4 heures	25 °C

CONSEILS SPÉCIFIQUES À L'ALIMENTATION

1 Selon votre destination, informez-vous si vous pouvez consommer l'eau courante.
Si ce n'est pas le cas :
- Ne consommez jamais de glaçons
- Nettoyez vos aliments avec de l'eau bouillie, traitée ou embouteillée
- Brossez-vous les dents avec de l'eau bouillie, traitée ou embouteillée
- Consommez seulement les boissons faites avec de l'eau bouillie, traitée ou embouteillée

2 Utilisez une paille pour boire les produits en canette.

3 Mangez des aliments fraichement cuits.

4 Consommez idéalement des fruits et des légumes pelés, cuits ou bouillis.

5 Consommez des aliments pasteurisés.

6 **Lavez-vous les mains régulièrement !**

CONSEILS SPÉCIFIQUES À VOTRE CONDITION DERMATOLOGIQUE

Il est possible que certains facteurs influencent votre maladie positivement (+) ou négativement (-).

	Psoriasis	Dermatite atopique	Hidra-dénite suppurée
Soleil prudent	+	+	
Coup de soleil	-		
Balnéothérapie (eau de mer)	+	+	
Humidité			-
Vêtements synthétiques			-