

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 (voir tableau).



Médicament	Stabilité (temps)	Température maximale
Adtralza®	14 jours	25 °C
Bimzelx®	25 jours	25 °C
Cimzia®	10 jours	25 °C
Cosentyx®	4 jours	29 °C
Dupixent®	14 jours	25 °C
Ebglyss®	7 jours	30 °C
Enbrel®	60 jours	27 °C
Humira®	14 jours	25 °C
Ilumya®	30 jours	25 °C
Stelara®	4 heures	25 °C
Siliq®	14 jours	25 °C
Skyrizi®	24 heures	25 °C
Taltz®	5 jours	30 °C
Tremfya®	4 heures	25 °C

Si votre médicament n'est pas indiqué dans cette liste, l'information peut vous être fournie par votre pharmacien ou par votre « programme support patient ».



VOYAGER
AVEC UN TRAITEMENT
IMMUNOMODULATEUR
C'EST POSSIBLE !

Il est possible de voyager même si vous êtes sous traitement immunomodulateur. 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. Avez-vous besoin d'une couverture supplémentaire? Votre dermatologue ne détient pas ces informations.

3 Rendez-vous à la clinique santé-voyage ou à votre pharmacie pour recevoir des informations spécifiques à votre destination. Le site « Astuces pour voyager en santé » est aussi une source fiable d'informations (<https://www.inspq.qc.ca/sante-voyage/astuces-voyager-en-sante>).

4 C'est en clinique santé-voyage que vous serez guidé sur la vaccination spécifique à votre destination. Puisque vous recevez un traitement immunomodulateur, 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!**

5 La plupart des « programmes support patient » peuvent vous fournir un document qui atteste que vous voyagerez avec votre médicament. Votre pharmacien pourrait aussi vous aider à ce sujet. Demandez-leur au besoin.

CONSEILS SPÉCIFIQUES À L'ALIMENTATION

Comme pour la population générale, les conseils suivants s'appliquent : « Aucune destination n'est à l'abri des maladies transmises par les aliments et l'eau. Voici les principaux conseils préventifs lors de la consommation d'aliments ou d'eau :

- 1 Je me lave les mains avec de l'eau savonneuse ou une solution à base d'alcool 70 % avant de préparer ou consommer des aliments;**
- 2 Je mange seulement des aliments cuits ou bouillis adéquatement ou pelés;**
- 3 Je bois de l'eau qui a été bouillie ou traitée, sinon de l'eau embouteillée pour la grande majorité des destinations »¹**

CONSEILS SPÉCIFIQUES À VOTRE CONDITION DERMATOLOGIQUE

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

	Psoriasis	Dermatite atopique	Hidradénite suppurée
Soleil prudent	+	+	
Coup de soleil	-	-	-
Balnéothérapie (eau de mer)	+	+	

1. <https://www.inspq.qc.ca/sante-voyage/astuces-voyager-en-sante#alimentation>, consulté 2026-01-13