



Le conseil du Dr GROG

Parlez de vos vacances à votre médecin !

Au retour de vacances, il arrive qu'on présente des signes de maladie peu inquiétants : épisode fébrile peu intense, éruption cutanée localisée, discrets troubles digestifs, etc. Parfois, ces manifestations sont plus spectaculaires : signes d'allure grippale, fatigue inexplicable, diarrhée ou douleurs gastriques, courbatures intenses, oedème d'un membre ou rougeurs cutanées, maux de tête, etc. Elles peuvent être la conséquence d'une maladie ayant débuté pendant les vacances : paludisme, parasitose digestive, fièvre consécutive à une piqûre de moustique (paludisme, arboviroses) ou de tiques (maladie de Lyme, encéphalite à tique), chikungunya, etc.

Certaines de ces affections peuvent être à la fois rares dans votre région de résidence et fréquentes dans celle où vous avez passé vos vacances. Pour en faire le diagnostic, votre médecin a besoin d'y penser. Pour être sûr qu'il soit en alerte, mieux vaut lui dire d'emblée où vous avez passé vos vacances.

Parfois les symptômes peuvent apparaître plusieurs mois après le retour de voyage, notamment dans les infections parasitaires digestives. Ayez le réflexe de parler de vos dernières vacances à votre médecin, même si la consultation se passe plusieurs mois après votre retour. Cela peut paraître bizarre de raconter en décembre à son médecin ce qu'on a fait pendant le mois d'août, mais cela peut faire gagner beaucoup de temps, éviter une flopée d'examens ou de médicaments inutiles et vous permettre de recevoir tout de suite un traitement adapté et efficace. Dans certains cas (paludisme par exemple), cela peut même vous sauver la vie.

Sources : Open Rome et Organisation Mondiale de la Santé, <http://www.who.int>



Le Dice du doc

Aptitude (au sport)

Chaque année, en début d'année scolaire, les sportifs participant à des compétitions doivent fournir à leur club un certificat médical d'aptitude à la pratique de leur discipline sportive. « Aptitude » est un terme mal choisi : on devrait plutôt parler de « non contre-indication médicale ». En effet, en pratique il est impossible de savoir si quelqu'un ne présente absolument aucun risque, aucune malformation débutante ou permanente. La seule façon d'être sûr à 100% que tout va parfaitement bien reposerait sur une méthode efficace mais radicale : l'autopsie...

En pratique, les médecins doivent se contenter de rechercher avec le sportif concerné s'il existe des signes avant-coureurs de problèmes pouvant survenir lors des efforts sportifs. Si les sportifs sont jeunes ou si le sport pratiqué est peu violent, un questionnement précis, adapté à la nature du sport pratiqué, et un examen clinique simple suffisent. Si les sportifs sont plus âgés, si le sport pratiqué est dangereux ou si l'intensité des efforts et des entraînements sont importants (« haut niveau »), mieux vaut pratiquer aussi des tests d'effort et des examens plus sophistiqués. De telles précautions sont utiles également si le sportif a détecté l'apparition de manifestations anormales pendant certains efforts ou dans certaines conditions de pratique.

Enfin, dans certaines disciplines très particulières (plongée sous-marine, par exemple), il est obligatoire de faire régulièrement un bilan très complet (états sinusal et dentaire compris) en raison des dangers importants auxquels les pratiquants s'exposent.

Ces précautions ont une limite : elles diminuent les risques mais elles ne les suppriment pas.

Source : Open Rome