



Avant de partir en vacances, pensez à vos vaccins

Les vacances sont l'occasion de changer d'univers et de mode de vie, de rencontrer des personnes nouvelles, de voyager et de découvrir des paysages nouveaux. Pendant les vacances, on peut aussi rencontrer des bactéries ou des virus auxquels on n'est pas habitué. Avant de partir, mieux vaut vérifier l'état de vos vaccinations et faire les rappels qui s'imposent.

Ce conseil est particulièrement important quand on a l'intention de partir en zone tropicale. En effet, le climat ou le contexte socio-sanitaire peuvent accroître les risques de tétanos et de maladies transmissibles (diphtérie, poliomyélite aiguë, hépatite virale, etc.). Vérifiez les dates de vos dernières vaccinations DT polio et hépatite B. Si elles datent de plus de 5 ans, une injection de rappel est probablement nécessaire.

Enfin, n'attendez pas le dernier moment pour vérifier auprès de votre médecin ou lors d'une consultation spécialisée sur les vaccinations si votre destination requiert une injection vaccinale spécifique contre la fièvre jaune. Ce sera aussi l'occasion de savoir si vous devez prendre un traitement préventif du paludisme.

Ces quelques précautions vous permettront de partir en vacances en toute sérénité.

Source : BEH. Santé des voyageurs 2007. n°25-26, 19 juin 2007. Téléchargeable sur http://www.invs.sante.gouv.fr/beh/2007/25_26/index.htm



Le Doc' du doc

DROIT à la santé

On entend régulièrement parler du « droit à la santé », comme si la devise de la France était devenue « Liberté, Egalité, Fraternité, Santé ». Seulement, il y a un obstacle incontournable et définitif à la mise en œuvre d'un tel droit : il n'y a pas de santé sans vie et il n'y a pas de vie sans mort. A la fin de la vie, habituellement, les mourants ne sont pas vraiment en bonne santé. Parler de droit à la santé revient à supposer que nous sommes immortels par nature, ce qui semble inexact pour la majorité d'entre nous. Désolé ! Ni les hommes politiques ni les médecins ne sont capables d'empêcher de mourir un jour.

Mieux vaut remplacer l'expression « droit à la santé » par « droit à l'accès aux soins », ou « droit à la vie », ou même « droits de l'homme ».

Source : Open Rome

Météo antibio

Risques :

- | | |
|--------------------|-----------|
| - Grippe | quasi nul |
| - Bronchiolite | quasi nul |
| - Inf respiratoire | faible |
| - Gastro-entérite | faible |

Source : <http://www.grog.org>

Comment devenir un patient actif ?

Quand les malades refusent de subir leur maladie, ils deviennent des « patients actifs » et, la plupart du temps, ils se soignent bien mieux. Fort de ce constat, le Groupe Initiatives Mutuelles a créé « VITASANTE » pour donner aux mutualistes qui le souhaitent les moyens de ne pas rester passif devant les problèmes de santé ou devant ceux qui les soignent. Il manquait un guide pratique sur la façon de se soigner en étant un patient actif. Le Dr Michel Guilbert, un médecin de la région parisienne, vient de combler cette lacune en publiant un livre rempli de conseils sur la façon de gérer ses relations avec le corps médical.

« Comment devenir un bon patient en 10 leçons » est à la fois une mine d'informations sur le comportement des médecins et un recueil de conseils pertinents rédigés avec humour et tendresse par un médecin généraliste expérimenté.

Michel GUILBERT

Comment devenir un bon patient en 10 leçons. 164 pages, Robert Laffont, juin 2007 - 12 Euros.