



## Votre rétro-planning

Nous vous recommandons, avant votre départ, de consulter votre médecin traitant pour la mise en condition de votre famille et la coordination de sa prise en charge. Nous vous rappelons que les Hôpitaux d'instruction des armées disposent d'un service de consultation de médecine du voyage. Retrouvez toutes leurs coordonnées [en cliquant ici](#).

Dans tous les cas, dans les semaines précédant votre départ, nous vous conseillons de consulter [les actualités de dernière minute](#).

Afin de vous aider dans la préparation de votre séjour, nous vous proposons le planning suivant :

Délai optimal	Médecin traitant	Prescription
8 mois avant votre départ	<p>La première consultation</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Visite médicale de non contre-indication au séjour et au mode de transport</li> <li>&gt; Recensement des visites spécialisées conseillées :                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dentiste</li> <li>- Ophtalmologiste</li> <li>- Gynécologue</li> <li>- Autres spécialistes</li> </ul> </li> <li>&gt; Organisation du suivi des soins et de la continuité du traitement</li> </ul>	<p>Bilans et traitements spécifiques adaptés (maladie chronique...)</p>
6 mois avant votre départ	<p>Le temps des vaccinations</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Mise à jour du calendrier vaccinal et organisation du programme des vaccinations (cf. la consultation de médecine du voyage des HIA, le calendrier des vaccinations et les recommandations vaccinales selon l'avis du Haut Conseil de la santé publique - voir sources ci-dessous).</li> </ul>	<p>Selon le vaccin, précautions à prendre pour les femmes enceintes, les prématurés et les porteurs de maladies chroniques.</p>
2 mois avant votre départ	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Vérification de la mise à jour du carnet de vaccination</li> <li>&gt; Synthèse des résultats et courriers des visites spécialisées</li> <li>&gt; Carte de groupe sanguin à réaliser</li> <li>&gt; Prévoir les prescriptions des traitements au long cours</li> <li>&gt; Pour les médicaments transportés, laissez les dans leur boîte d'origine et munissez-vous de leur prescription</li> </ul>	<p>Pour un traitement au long cours : avis du médecin-conseil nécessaire pour toute délivrance de médicaments supérieure à 1 mois (<a href="#">contactez l'antenne de la CNMSS la plus proche</a>).</p> <p>Document à télécharger : <a href="#">Départ à l'étranger : Déclaration sur l'honneur</a></p>
	<p>Pour chaque membre de la famille, il est conseillé de préparer dans votre bagage à main :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Le carnet de vaccination</li> <li>&gt; Le carnet de santé</li> </ul>	

## La veille du départ

- > La carte de groupe sanguin
- > Les médicaments nécessaires accompagnés de la dernière prescription (en dénomination commune internationale)
- > Le certificat médical prescrivant les traitements par injection
- > Tous les documents médicaux relatifs à votre état de santé utiles à une éventuelle prise en charge en urgence

## « Sources :

- Ministère de l'Europe et des Affaires étrangères - France diplomatie : <http://www.diplomatie.gouv.fr> ↗

- Ministère de l'Europe et des Affaires étrangères - Conseils aux voyageurs : <http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs> ↗

- Institut de veille sanitaire (InVS), [Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire \(BEH\), recommandations sanitaires pour les voyageurs, 2016](#) ↗

- [Le calendrier des vaccinations et recommandations vaccinales](#) ↗ selon l'avis du Haut Conseil de la santé publique

- Organisation Mondiale de la Santé (OMS) : Voyages internationaux et Santé : <http://www.who.int/ith/fr/index.html> ↗

- Haut Comité de la Santé Publique (HCSP) : [www.hcsp.fr](http://www.hcsp.fr) ↗

- Ministère de la Défense - Service de santé des armées (SSA) : <http://www.defense.gouv.fr/sante/sante-publique/hopitaux-militaires> ↗

- Vaccination Info Service : <http://vaccination-info-service.fr/Questions-pratiques/Je-dois-me-faire-vacciner-que-dois-je-savoir/Ou-se-faire-vacciner> ↗



Dernière mise à jour : 01/2015