



LE PROFESSIONNEL DU MOIS : L'INFIRMIERE

INTERVIEW DE MME PATRICIA STUNALT, INFIRMIÈRE À L'HÔPITAL COCHIN

Existe t-il des pays déconseillés lorsqu'on souffre de PR ?

Il n'existe pas de pays déconseillés lorsqu'on est polyarthritique, mais il existe une contre-indication pour certains vaccins obligatoires comme le vaccin de la fièvre jaune pour les personnes qui prennent un traitement immuno-suppresseur (biothérapies notamment). De ce fait, les pays où le vaccin contre la fièvre jaune est obligatoire sont déconseillés aux patients PR sous traitement immuno-suppresseur. Les pays concernés sont ceux des régions intertropicales d'Afrique et d'Amérique du sud.

Les personnes polyarthritiques sont-elles plus susceptibles de souffrir de certains petits maux de l'été (qui seraient la conséquences de la maladie ou bien des traitements prescrits) ?

Non, les personnes polyarthritiques ne sont pas plus à risque que les autres, cependant, il faut toujours se méfier du risque infectieux, où que l'on aille.

Il faut être plus vigilant en fonction des pays visités et de leur conditions d'hygiène : par exemple, la turista est une infection des voies digestives, il faut donc avoir dans sa trousse à pharmacie de quoi la traiter efficacement. Il faut également être extrêmement vigilant avec la nourriture : évitez tous les aliments crus (viande, poisson, légumes ou fruits non pelés), pelez-vous même les fruits avant de les consommer, évitez toutes les boissons susceptibles de contenir des glaçons (attention aux cocktails de bienvenue dans les restaurants ou les hôtels !) et préférez toujours l'eau gazeuse qui doit être décapsulée devant vous. Lavez-vous fréquemment les mains ; pour cela, les petites bouteilles de solution hydroalcooliques sont très pratiques et réellement efficaces. Attention à l'eau du robinet lorsque vous vous lavez les dents.

Il en va de même pour le risque associé aux piqûres d'insectes : elles doivent toujours être soigneusement désinfectées. Attention aux baignades en rivière (risque de contamination parasitaire).

Lorsqu'on est sous biothérapie, peut-on quand même profiter des piscines publiques ?

On peut tout à fait aller se baigner dans les piscines publiques, mais en prenant quelques précautions : porter des sandales en plastique pour circuler autour du bassin et bien se savonner après le bain.

Hormis les traitements qui ont été prescrits pour la polyarthrite, quels médicaments ne faut-il pas oublier dans sa trousse à pharmacie ?

Avant tout séjour à l'étranger, il faut consulter son médecin généraliste et voir avec lui, en fonction du pays visité et de son état de santé, la liste des médicaments utiles à emporter. Votre médecin vous prescrira certainement des médicaments contre la turista et peut être un désinfectant intestinal en complément. Des antibiotiques à large spectre pourront vous être prescrits, en fonction de la destination et du risque encouru. Assurez-vous d'avoir bien compris les conditions de prise et la posologie. Pour le sparadrap, préférez un sparadrap qui ne colle pas et n'arrache pas la peau lorsque vous le retirez ; en effet, lorsqu'on est sous traitement par cortisone, la peau est plus fragile.