

# PROTÉGEONS-NOUS ENSEMBLE CONTRE LE ZIKA



## CONSEILS POUR LES MILITAIRES

Le virus Zika se répand actuellement dans les zones d'Amérique du Sud et centrale ainsi que dans les départements français d'Amérique (en particulier Martinique et Guyane). Le risque de transmission du virus dans ces zones est donc très élevé.

➔ Informations sur : [www.invs.sante.fr](http://www.invs.sante.fr) • [www.ars.martinique.sante.fr](http://www.ars.martinique.sante.fr) • [www.ars.guadeloupe.sante.fr](http://www.ars.guadeloupe.sante.fr) • [www.ars.guyane.sante.fr](http://www.ars.guyane.sante.fr) • [www.who.int/fr](http://www.who.int/fr)

Le Zika est transmis par un moustique qui pique au cours de la journée, plus particulièrement en début de matinée et en fin de journée. Ensemble, diminuons le risque d'épidémie.



### AVANT DÉPART EN ZONE À RISQUE <sup>(1)</sup>

#### Femmes enceintes ou ayant un projet de grossesse

- Consultez un médecin avant votre départ afin de définir les mesures de prévention les plus adaptées à votre situation
- Informez-vous sur le virus Zika et ses risques probables sur la grossesse
- Envisagez si possible un report de votre voyage



### LORS DE VOTRE SÉJOUR/MISSION DANS UNE ZONE À RISQUE <sup>(1)</sup>

Suivez les recommandations des autorités sanitaires locales civiles et militaires

#### En prévention

- Protégez-vous des piqûres
- Portez des vêtements longs
- Appliquez un produit répulsif cutané sur les parties découvertes de votre corps. Lisez attentivement la notice avant application <sup>(2)</sup>
- Dormez sous une moustiquaire pré-imprégnée d'insecticide. Elles sont disponibles en pharmacie, doivent être en bon état, non déchirées, et correctement utilisées descendant jusqu'au sol ou bordées
- Maintenez les nourrissons sous moustiquaire (sur le berceau, le lit et le landau)
- Isolez les chambres à coucher avec des moustiquaires de fenêtre et fermez les portes
- Complétez la protection intérieure par l'utilisation de diffuseur électrique ou de bombe aérosol



- Supprimez tous les endroits pouvant abriter des larves de moustiques (eau stagnante) autour de votre habitation

- Ramassez tous les objets abandonnés pouvant contenir de l'eau (détritus, pneus, encombrants)
- Couvrez les réservoirs d'eau (voile, moustiquaire, tissu...)
- Videz, couvrez ou jetez tous les récipients (pots de fleurs, coupelles). Remplissez les soucoupes des pots de fleurs avec du sable
- Nettoyez et entretenez les endroits où l'eau peut stagner (siphons, gouttières...)



- Parlez avec votre entourage et encouragez-les à suivre les mesures de prévention en particulier pour les femmes ayant un projet de grossesse et les femmes enceintes

#### Femmes enceintes ou en projet de grossesse

- Renforcez les mesures de protection en raison d'un risque probable de malformations congénitales de type microcéphalie. Utiliser des produits répulsifs adaptés <sup>(2)</sup>.
- Consultez rapidement votre gynécologue ou votre médecin traitant afin de définir les mesures de prévention les plus adaptées à votre situation.

#### En cas de symptômes

- Éruption (plaques rouges) sur la peau avec ou sans fièvre
- +
- douleurs musculaires ou articulaires ou conjonctivite (yeux rouges)
- ➔ Consultez rapidement un médecin militaire ou votre médecin traitant en mentionnant votre voyage et l'hypothèse du Zika.
- Ne prenez pas de médicament sans avis médical car vos symptômes peuvent correspondre à d'autres maladies comme la dengue.

#### En cas de Zika

- Continuez à vous protéger des moustiques au minimum pendant les 7 jours suivant le début de vos symptômes pour éviter de contaminer vos proches.
- Informez un médecin militaire de votre maladie si elle a été diagnostiquée en milieu civil, pour qu'il l'inscrive dans votre dossier médical (pour lien au service et suivi de l'épidémie).



### À VOTRE RETOUR EN MÉTROPOLE

#### En cas de symptômes

- Éruption (plaques rouges) sur la peau avec ou sans fièvre
- +
- douleurs musculaires et articulaires ou conjonctivite (yeux rouges) dans les 12 jours <sup>(3)</sup> qui suivent votre retour d'une zone à risque <sup>(1)</sup>.
- ➔ Consultez rapidement un médecin militaire ou votre médecin traitant en mentionnant votre voyage et l'hypothèse du Zika.
- Ne prenez pas de médicament sans avis médical car vos symptômes peuvent correspondre à d'autres maladies comme la dengue.

#### En cas d'infection par le Zika

- Informez un médecin militaire de votre maladie si elle a été diagnostiquée en milieu civil, pour qu'il l'inscrive dans votre dossier médical (pour lien au service et suivi de l'épidémie).



(1) Informations sur : [www.invs.sante.fr](http://www.invs.sante.fr)

(2) La liste des produits répulsifs cutanés recommandés en milieu civil (à base d'icaridine (INSECT ECRAN® spécial tropiques...), de DEET (INSECT ECRAN® famille...) ou d'IR3535 (CINQ SUR CINQ® Tropic...)) est disponible dans l'avis du HCSP du 20 janvier 2016 relatif à l'actualisation de la prise en charge médicale des personnes atteintes par le virus Zika.

Les répulsifs cutanés en dotation dans les armées sont à base d'icaridine. Application à renouveler toutes les 4 à 8 heures. Ces produits sont remboursés par la CNMSS pour les militaires et leur famille affectés en séjour dans un pays à risque sous certaines conditions (<http://guide-depart.cnmss.fr/>).

(3) La durée moyenne d'incubation du Zika est de 3 à 12 jours.

Référence : Annexe 2 à la Note N°503658 du 2 février 2016 relative au virus Zika.

MAJ 2 février 2016 • Création graphique : BCISSA/DCSSA