

que longtemps après la contamination.

Quelques conseils encore

- Il vaut mieux éviter les “antidiarrhéiques” et les “antiseptiques intestinaux” en vente dans les pharmacies locales; ceux-ci sont le plus souvent inefficaces voire même dangereux.
- On ne dispose pas de données suffisantes quant à un effet préventif des probiotiques (par ex. *Saccharomyces boulardii*, *Lactobacillus casei* GG) dans la diarrhée du voyageur [voir aussi Folia de juin 2000].
- Les contraceptifs oraux peuvent être moins efficaces en cas de diarrhée, surtout si celle-ci persiste plusieurs jours.

D'après Nifuroxazide dans la diarrhée aiguë. Un traitement inutile et non judicieux. *La Revue Prescrire* 19, 489-491 (1999)

EN BREF

- ➔ Pour **prévenir le mal d'altitude**, il est particulièrement important de s'acclimater à une altitude intermédiaire, et de faire une ascension progressive. Un traitement médicamenteux, en particulier par l'acétazolamide ou la dexaméthasone comme alternative dans des circonstances exceptionnelles, peut être envisagé à titre préventif lorsque l'on monte plus de 500 mètres par jour au-delà de 3.000 à 4.000 mètres d'altitude [*Brit. Med. J.* 317, 1063-1066 (1998) et 321, 267-272 (2000)].
- ➔ Pour la **prévention ou le traitement du mal de transport** (mal de voyage), les antihistaminiques H₁ avec un effet antiémétique (par ex. la diphenhydramine, le dimenhydrinate, la méclozine ou la prométhazine), le métoclopramide ou le dompéridone peuvent être proposés. A titre préventif, une dose peut être prise avant le départ. Chez les enfants de moins de 2 ans, il est préférable d'éviter les médicaments contre le mal de transport [*Drug and Therapy Perspect.* 17, 6-9 (2001)]. Ces antihistaminiques H₁ peuvent entraîner une sédation marquée, ce qui peut avoir des conséquences importantes pour les personnes qui conduisent un véhicule [voir “en bref” ailleurs dans ce numéro].
- ➔ En **prévention du jet-lag** (décalage horaire), la **mélatonine** pourrait être utile, mais de plus amples données sur son efficacité et son innocuité à long terme s'avèrent nécessaires [n.d.l.r.: depuis quelques années, la délivrance de préparations officinales et magistrales à base de mélatonine est interdite en Belgique par arrêté ministériel; voir aussi Folia de septembre 1997].
- ➔ En **prévention des maladies sexuellement transmissibles**, l'utilisation correcte de condoms est une nécessité absolue; ils seront de préférence achetés avant le départ. Pour l'hépatite B, le condom n'offre cependant qu'une protection partielle étant donné que le virus est aussi présent par ex. dans la salive. Vu que des excipients gras peuvent altérer la qualité du latex des condoms, seuls les lubrifiants hydrosolubles sont autorisés (par ex. KY gel). Chez les personnes allergiques au latex, des réactions anaphylactiques ont été décrites lors de rapports sexuels avec usage de condoms à base de latex.