

# Guide des risques sanitaires présents en Martinique et Guadeloupe



# GUIDE DES RISQUES SANITAIRES PRESENTS EN MARTINIQUE ET EN GUADELOUPE

La situation sanitaire aux Antilles françaises est bonne et si certaines maladies infectieuses et parasitaires comme le paludisme ont aujourd'hui disparu, en revanche, les Antilles peuvent être considérées comme la région française la plus touchée par le virus du Sida. Concernant les maladies infectieuses, il n'y a pas de rage, ni de paludisme, ni de fièvre jaune.

## 1. Vaccinations avant le départ

Pour les militaires, toutes les vaccinations réglementaires sont obligatoires : DTP, hépatites A et B, typhoïde, méningocoque, grippe et fièvre jaune.

Pour la famille, aucune vaccination spéciale n'est requise pour venir aux Antilles, mais il est conseillé d'être à jour pour les vaccinations obligatoires en métropole. Ainsi, les vaccins contre les hépatites A et B, contre la fièvre typhoïde et le DTP sont fortement recommandés. Si vous envisagez de vous rendre en Amérique du sud (Guyane), la vaccination contre la fièvre jaune est obligatoire.

Si vous faites le choix de faire vacciner les membres de votre famille contre l'hépatite A et la fièvre typhoïde il faudra demander au médecin de mentionner sur l'ordonnance « Vaccinations avant départ outre-mer ». En effet vous devrez avancer les frais de ces vaccins à la pharmacie et adresser à la CNMSS l'ordonnance ainsi que les factures de la pharmacie afin de vous faire rembourser dans un deuxième temps.

Pensez à mettre à jour vos carnets de vaccinations internationales avant votre départ afin d'être assuré d'avoir une bonne couverture vaccinale.

Toutes les vaccinations, y compris la vaccination contre la fièvre jaune, peuvent s'effectuer sur place.

## 2. Climat

Le climat de la Guadeloupe et de la Martinique est de type tropical humide soumis aux alizés, avec deux grandes saisons aux transitions plus ou moins marquées :

- une saison humide en été débutant au mois de juillet et se terminant (en principe) au mois de décembre et fréquemment accompagnée de cyclones : la pluviosité est alors particulièrement forte, surtout pendant les trois mois « d'hivernage », de juillet à septembre. Les températures avoisinent les 30°C et l'atmosphère est moite ;
- et une saison plus sèche en hiver appelée « Carême », s'étalant du mois de janvier au mois de juin pendant laquelle il fait plus chaud que le reste de l'année, l'ensoleillement est alors maximal.

Les températures annuelles moyennes varient de 23°C en janvier à 27°C en août. Les écarts de température sont faibles entre les mois les plus chauds (mars, avril, mai) et les mois les plus frais (décembre et janvier).

Les précipitations annuelles sont variables de 8 à 10 m au-dessus de 1 000 m d'altitude et moins de 1,5 m dans certains secteurs côtiers sous le vent. Elles génèrent un taux d'humidité important, de 70% à 90% en fonction de la saison.

Toute l'année, le soleil se lève entre 05h00 et 06h00 et se couche entre 17h30 et 18h30.

Une température élevée associée à une hygrométrie importante impose des mesures de prévention particulières en ce qui concerne la chaleur afin d'éviter les coups de soleil, les insolation et les coups de chaleur :

- ne vous exposez pas au soleil sans protection aux heures les plus chaudes de la journée ;
- armez-vous de crème solaire à indice de protection élevé, de chapeaux et de lunettes ;
- portez des vêtements légers en coton ;
- prenez le temps de vous acclimater avant de commencer les activités physiques importantes préférentiellement aux heures fraîches (05h30-07h30 / après 17h00) ;

- hydratez-vous régulièrement, donc ayez toujours de l'eau en bouteille à portée de main en particulier pour les randonnées.

La quantité quotidienne de boisson nécessaire doit être adaptée en fonction de l'activité physique ; 1,5 litre d'eau par jour est un minimum qu'il faut multiplier par deux ou plus en cas de besoin : « *l'important n'est pas de boire, mais d'uriner clair* » et « *Avoir soif est le premier signe de déshydratation* ».

### 3. Hygiène

L'association chaleur et humidité peut entraîner facilement l'apparition de surinfections surtout avec des lésions de grattage. Aussi, il faut porter une attention particulière aux petites plaies car elles se surinfectent plus facilement qu'en métropole avec un risque fréquent d'impétigo. De même, les mycoses cutanées sont un peu plus fréquentes.

La transpiration entraîne parfois l'apparition de bourbouille, petite éruption qui démange. Cette infection bénigne disparaît en y appliquant de la lotion de Foucauld.

Il faut observer une hygiène correcte et utiliser largement le savon de Marseille pour lutter efficacement contre les effets de la sudation.

Comme en métropole, éviter le port de sous-vêtements synthétiques : privilégier ceux en coton.

### 4. Hygiène alimentaire

L'eau du réseau public au robinet est potable et celles des ressources est généralement de bonne qualité bactériologique. La qualité bactériologique des eaux minérales en bouteille est satisfaisante et il existe dans le commerce des eaux locales.

L'alimentation est variée, locale et métropolitaine et les contrôles sanitaires sont fiables. Les approvisionnements en nourriture sont réguliers. L'hygiène des marchés, restaurants, boutiques est satisfaisante.

### 5. Risques infectieux

#### 5.1 La dengue

La dengue est une maladie virale transmise par un moustique qui sévit dans les régions tropicales et subtropicales du monde entier. Elle évolue le plus souvent sur le mode endémique tout au long de l'année. Elle est bénigne et se manifeste par un syndrome grippal sévère avec une forte fièvre, des maux de têtes, des douleurs diffuses et une fatigue prolongée. Elle peut se compliquer par une forme hémorragique ; c'est pour cela qu'il est conseillé de ne pas utiliser d'aspirine comme antipyrétique et antalgique.

Le moustique (*Aedes aegypti*) est le principal vecteur de la dengue. Le virus se transmet à l'homme par la piqûre des femelles infectées. Contrairement à d'autres moustiques, il se nourrit le jour, avec un pic d'activité tôt le matin et le soir avant le crépuscule. Pendant chaque période où elle se nourrit, la femelle pique de multiples personnes.



Il n'existe pas de traitement spécifique de la dengue ni de vaccin. Aussi, la seule méthode pour prévenir ou combattre la transmission du virus consiste à lutter contre les vecteurs par les moyens simples suivants :

- supprimer les eaux stagnantes autour des maisons pour éliminer les gîtes larvaires ;
- prendre des mesures de protection du foyer par la pose de moustiquaires aux fenêtres ;
- utiliser des moustiquaires de lit (fournies sur place) imprégnées d'insecticide ;
- utiliser des spirales et pulvériser des insecticides ;
- se protéger des piqûres de moustiques par le port de vêtements à manches longues et l'utilisation sur les parties découvertes de répulsifs corporels spécifiques aux zones tropicales (5 / 5, Insect-Ecran, etc.) et adaptés (enfants, femmes enceintes) ;
- **ne pas prendre d'aspirine en cas de fièvre.**

En cas de symptômes évocateurs d'une dengue, consulter sans tarder un médecin et au retour en métropole, préciser au médecin le séjour en zone d'endémie de dengue.

Cette protection anti-vectorielle est efficace pour la prévention de toutes les affections transmises par des arthropodes et les moustiques.

### 5.2 Le Iarbish (larva migrans)

Fréquemment observé à la Martinique et en Guadeloupe, il s'agit de la migration sous la peau de larves du ténia du chien en impasse parasitaire chez l'homme. Beaucoup de plages sont fréquentées par des chiens errants et la contamination se réalise lorsque l'on s'allonge à même le sable sur la plage.



L'affection se traduit par des démangeaisons le plus souvent au niveau des fesses et/ou des pieds associées à l'apparition d'un petit cordon sous la peau.

La protection consiste à utiliser sur le sable des nattes ou des serviettes de bains pour s'allonger et de marcher avec des chaussures sur la plage dans les zones qui ne sont pas balayées par les marées.

Un traitement simple et efficace vous sera prescrit par votre médecin.

### 5.3 Leptospirose

Il s'agit d'une maladie fréquente, présentant un potentiel de gravité élevé. La Guadeloupe semble plus touchée par la leptospirose que la Martinique et il existe une recrudescence saisonnière marquée, avec deux pics en janvier et décembre pour la Guadeloupe, juillet et octobre-décembre en Martinique, même si cette recrudescence saisonnière y est beaucoup moins marquée.

La contamination se fait lors de baignades en eau douce souillée par l'urine des animaux infectés (rongeurs) par contact avec les muqueuses (bouche, yeux, nez) ou avec la peau lésée ; elle peut se faire également par contact avec les muqueuses en buvant directement à la canette sans se servir d'un verre.

Elle se manifeste par une forte fièvre, des maux de têtes, des douleurs musculaires. La prévention passe donc par la diminution de l'exposition aux situations à risques.

## 5.4 Maladies sexuellement transmissibles (MST)

Les MST sont nombreuses et variées aux Antilles qui peuvent être considérées comme la région française la plus touchée par le virus du Sida.

La mise en évidence régulière notamment de nouveaux cas de syphilis et de gonococcies suscite inquiétude et interrogations sur les changements de comportement attendus face à l'épidémie du SIDA.

L'épidémie d'infection à VIH qui se déroule à la Martinique partage avec les autres îles qui composent l'arc caribéen des caractéristiques particulières :

- importance de la dissémination du virus dans la population générale ;
- importance du groupe de transmission « hétérosexuel » ;
- population féminine plus atteinte qu'en métropole ;
- mise en évidence d'un recours au multi partenariat stable important aux Antilles.

La Guadeloupe reste après la Guyane, la deuxième région française la plus touchée par l'épidémie de VIH/SIDA. La progression de l'épidémie chez les femmes est plus rapide que chez les hommes. Les quarantennaires (40-49 ans) restent la classe d'âge la plus atteinte (33%).

Depuis le début de l'épidémie, l'incidence du Sida est supérieure à celle de la France métropolitaine. Les contaminations hétérosexuelles restent le mode de contamination prédominant.

La prévention repose sur l'abstinence, la fidélité et ensuite l'utilisation de préservatifs.

## 5.5 Diarrhées

Les gastroentérites et les diarrhées du fait du climat peuvent entraîner un état de déshydratation sévère. Aussi, dès l'apparition des premiers symptômes, il faut compenser les pertes en eau en augmentant le volume de boissons.

Ce sont des maladies du péril fécal ou transmises par l'eau. Elles peuvent facilement s'éviter grâce à une bonne hygiène de l'alimentation et de l'eau et la bonne observance des règles élémentaires d'hygiène individuelle (lavage des mains).

## 6. Risques liés à la flore



Le mancenillier est un arbre dont la sève contient de l'acide sulfurique. Un simple contact mais surtout l'écoulement de l'eau de pluie sur ses feuilles ou l'ingestion de ses fruits (petites pommes vertes) occasionne de graves brûlures. Présents sur le bord des plages, ils sont signalés par un cercle rouge autour de leur tronc ou, parfois par un panneau de mise en garde. Le traitement immédiat consiste, comme pour toutes brûlures, en un lavage abondant à l'eau courante pendant au moins 10 minutes suivi d'une consultation médicale.

## 7. Risques liés aux eaux de baignade

La grande majorité des plages contrôlées sont conformes aux normes microbiologiques impératives de la directive européenne. Les causes de pollution des zones de baignade sont essentiellement dues aux épisodes orageux et aux rejets diffus d'eaux usées. Sur la plupart des plages, la baignade n'est pas surveillée.

L'eau de mer est responsable de nombreuses otites externes tenaces ; il faut limiter la durée et la fréquence d'immersion de la tête sous l'eau et surtout bien se rincer les oreilles après un bain.

## 8. Risques liés à la faune

### 8.1 Méduses

Il existe des facteurs climatiques et locaux favorisant la venue et le regroupement des méduses sur les côtes. Heureusement, en Martinique, le phénomène n'a jamais atteint d'importantes proportions. De plus, avec le recul, ces épisodes semblent être assez rares. Toutefois, elles doivent être détectées et contrôlées par des mesures d'information et de prévention à la population ainsi qu'à l'ensemble des acteurs du système de soins.

### 8.2 Serpents

Le trigonocéphale (*Bothrops lanceolatus*) est un serpent venimeux dont le venin peut être mortel. Il fréquente essentiellement les forêts et les plantations où il chasse ses proies habituelles, oiseaux et petits rongeurs ; il est appelé également fer de lance de la Martinique.



Un drapeau orné de trigonocéphales est le symbole non officiel de l'île le plus largement utilisé pour représenter la Martinique et la dissocier du reste des Antilles françaises.

Au XIXe siècle, la mangouste a été importée des Indes pour combattre ce serpent. Or ces deux animaux ne sont pas actifs durant les mêmes périodes et donc, en mal de prédation, la mangouste s'est rabattue sur les poules et les œufs, toutes sortes d'œufs, au point que nombre d'espèce d'oiseaux, comme les perroquets, ont disparu de l'île.

Chaque année sont rapportées en Martinique, environ une vingtaine de morsures de serpents dont la sévérité est due au développement de thromboses veineuses qui apparaissent dans les 48 heures qui suivent la morsure.

Le pronostic vital peut être engagé en l'absence de traitement antivenimeux spécifique. Administré dans les 6 heures, ce traitement par sérum antivenimeux transforme le pronostic ; il est disponible dans les principaux hôpitaux de l'île.

Il n'y a pas de serpent en Guadeloupe !

### 8.3 Araignées

La Matoutou est une grosse araignée dont la piqûre fait mal comme celle d'une guêpe.



Le scolopendre est un gros mille-pattes dont la piqûre est douloureuse, mais rarement grave.

Aussi, c'est une bonne raison pour ne pas s'aventurer à l'aveuglette en zone herbeuse ou boisée. Il est indispensable d'être bien chaussé pour randonner.

Certains poissons (raie pastenague, poisson-pierre, poisson-lion), coraux et animaux marins (oursins, vers de feu) sont venimeux, piquants ou urticants : il est déconseillé de les manipuler sans gants. Le port de chaussures ou de palmes permet de se protéger les pieds.

## 9. Accidents de la voie publique (AVP)

Le risque d'AVP est important comme dans tout DOM TOM sur les routes difficiles et sinueuses parcourues avec une vitesse élevée. Les adolescents et jeunes adultes ainsi que les conducteurs de deux-roues représentent la majorité des blessés et des tués.