

Malaria: un voyageur prévenu en vaut deux

Le **paludisme** (également appelé **malaria**) est une maladie redoutable. Elle est due à la présence dans notre sang et nos organes de parasites appelés *Plasmodium*.



Ces **parasites** sont véhiculés par des **moustiques** qui les inoculent lors de leurs piqûres.

Une fois dans le sang de leur « hôte », les parasites se multiplient dans le foie, puis ils s'attaquent à divers organes.

Le paludisme sévit dans environ une centaine de pays, principalement situés dans des **zones tropicales et subtropicales**.

Cette maladie infectieuse a concerné environ 210 millions de personnes en 2010 (1). Parmi elles, on comptait de 30.000 à 40.000 voyageurs internationaux, qui avaient négligé les indispensables mesures de prévention permettant de se protéger contre cette infection qui provoque autour de 600.000 décès annuels.

Feu vert : assimiler la malaria à une maladie forcément incurable est inexact. Reconnue et traitée à temps, elle peut être guérie.

Piqûres à tout va

Le paludisme frappe surtout les enfants qui vivent dans les zones infestées par des moustiques « anophèles » porteurs de *Plasmodium*.

Les femmes enceintes non immunisées ou mal immunisées sont également plus à risque, tout comme les malades du sida.

La plus grande prudence s'impose aussi aux personnes qui vivent habituellement dans des régions non concernées par la maladie, comme la nôtre, et qui **voyagent** ou qui **séjournent dans les zones contaminées**.

Feu rouge : selon l'OMS, toutes les minutes, un enfant africain meurt du paludisme.

Une grippe? Pas du tout...

Essentiellement caractérisée par des **épisodes de fièvre**, les symptômes de la malaria peuvent survenir à partir de 7 jours après la piqûre infectante. En général, ils se manifestent de 10 à 15 jours plus tard, mais une vigilance doit rester de mise jusque dans les 3 mois suivant le séjour à risque (1).

Fièvre, maux de tête, frissons, vomissements arrivent en premier, avec une sévérité qui varie en fonction du type de parasite concerné et de la personne.

Parfois, ces signes évoquent plutôt un état grippal ou une angine.

Le risque serait de ne pas songer au paludisme, qui est une urgence médicale.

La rapidité du diagnostic, avec une confirmation par un test sanguin, permet d'entamer un traitement médicamenteux efficace : il réduit l'intensité des cas de malaria non compliqués, et évite qu'elle devienne mortelle.

Sans traitement rapide et adapté, la maladie peut progresser, provoquant des phases de destruction massive des globules rouges, et se propageant à tous les organes.

Une fièvre persistant plus de 3 jours, des urines hypercolorées, une jaunisse, un essoufflement ou des troubles de conscience sont des symptômes graves. Ils exigent une hospitalisation immédiate.

Chez l'enfant fortement atteint, la maladie se traduit généralement par une anémie sévère, une détresse respiratoire ou une atteinte cérébrale.

Feu orange : certains parasites sont à l'origine de formes d'hépatites « dormantes », capables d'entraîner des rechutes des semaines ou des mois après une première infection.

Feu rouge : pour éviter que le développement de résistances aux médicaments antipaludiques, il est essentiel de respecter la durée et la dose du traitement. Les résistances déjà existantes sont très préoccupantes.

Tenir les moustiques à distance

Le paludisme est une maladie évitable.

Si vous prévoyez un voyage dans une zone à risque, il faut entamer un **traitement préventif antipaludique avant** le départ, le poursuivre sans défaut **pendant** le séjour, puis continuer encore quelques jours ou quelques semaines **après** le retour, selon le médicament.

Chaque traitement est adapté aux parasites présents dans les pays visités.

Certains de ces médicaments sont efficaces à 95 % ou davantage (2).

Non dénués d'effets secondaires, tous ne peuvent pas être prescrit aux femmes enceintes ou à celles qui allaitent.

La seconde défense efficace contre le paludisme repose sur une

série de **mesures anti-moustiques**, à respecter sur place.
Elles permettent de réduire les risques de 80 à 90 % (2). Les voici :

- portez des vêtements clairs, le plus couvrants possible, surtout entre le coucher de soleil et l'aube, moments principaux d'activité des moustiques qui transmettent la malaria
- enduisez les parties du corps à l'air libre d'une crème répulsive (à base de DEET -20 à 40%-, en vente en pharmacie), en renouvelant l'opération toutes les 4 à 6 heures. Son utilisation doit être limitée chez les enfants de moins de 2 ans à cause de la toxicité importante du produit. Cependant, en cas de risque élevé de transmission de la malaria, il peut être utilisé pour une période courte.
- la nuit, dormez dans une pièce « protégée » par une moustiquaire et/ou par un diffuseur anti-moustiques. Dans les zones à grand risque, le lit devrait être situé sous une moustiquaire imprégnée de produit répulsif et repliée sous le matelas.

Feu vert : ne partez pas au loin sans précaution : bien avant le départ, vérifiez si vous allez dans des zones à risque de paludisme.

Consultez le site de l'[Institut de Médecine Tropicale](#).

Photo © Henrik Larsson – Fotolia.com

Mise à jour le 01/09/2021

Références

(1) Organisation Mondiale de la santé. www.who.int/topics/malaria/fr/

(2) [Institut de médecine tropicale](#).