

Les contre-indications aux voyages aériens (suite)

Grossesse en cours	<ul style="list-style-type: none"> • Arrêt des voyages aériens au-delà du 7^{ème} mois de grossesse.
Nourrissons	<ul style="list-style-type: none"> • Se poser la question de l'intérêt d'un voyage aérien pour un nouveau né. Ce voyage doit avoir un caractère indispensable. • Jamais de vol avant 48 heures, • Après 48 heures vol possible, si absence de complication à la naissance et si cela était vraiment nécessaire.



Centre Hospitalier de Sambre Avesnois
13, boulevard Pasteur
59607 MAUBEUGE CEDEX

**Centre de Vaccinations Internationales
et de Conseils aux Voyageurs**

Tél : 03 27 69 44 91

www.ch-sambre-avesnois.fr
Rubrique : Espace Professionnel
Infectiologie/C.V.I./Hygiène Hospitalière



Les contre-indications aux voyages aériens



Centre de Vaccinations Internationales
et de conseils aux voyageurs



Quelques grands principes

- La cabine d'avion est pressurisée comme si vous étiez à 2000m d'altitude l'air y est donc très sec, **hydratez vous régulièrement**. L'alcool ne réhydrate pas du tout, bien au contraire, même s'il peut avoir un effet anxiolytique, évitez sa consommation.
- Avant tout voyage faites une visite de contrôle chez votre chirurgien-dentiste, une obturation défectueuse, un abcès peuvent devenir un cauchemar en altitude.
- **Le syndrome de la classe économique** : les conditions de vie en cabine peuvent entrainer une phlébite, plus grave encore une embolie pulmonaire. Ainsi allongez les jambes, marchez régulièrement dans le couloir, évitez les vêtements serrant, hydratez vous régulièrement. Vous pouvez avoir recours aussi aux chaussettes aux bas de contention et même aux héparines de bas poids moléculaire, demandez conseil à votre médecin.
- Si vous êtes addict au tabac, vous pouvez avoir recours aux patchs ou aux pâtes à mâcher à base de nicotine.
- **Vous souffrez du mal des transports, réservez toujours un siège au centre de l'avion, évitez l'alcool, les excès alimentaires.** Si cela ne suffisait pas essayez les médicaments antinaupathiques (demandez à votre médecin).

2

- Vous devez franchir plusieurs fuseaux horaires, calez vous dès le début du vol sur le fuseau de votre destination. Pour initier votre sommeil n'hésitez pas à utiliser les artifices comme le masque de sommeil, bouchons anti-bruit et s'il le fallait médicaments hypnotiques à demi-vie courte.
- Sensation de nez bouché et tympons douloureux ?

Vous souffrez probablement d'une infection ORL. Toujours traiter cette infection préventivement, le cas échéant mouchez vous, pratiquez la manœuvre de Valsalva (mouchage à narines fermées), prenez de la pâte à mâcher de façon à bouger votre mandibule.

Les contre-indications aux voyages aériens

Ne prenez pas ombrage si on vous refuse l'accès à bord d'un avion pour raison médicale, c'est surtout dans le but de vous préserver.

La liste qui suit n'est pas exhaustive :

Pathologies cardiaques	<ul style="list-style-type: none"> • Toute chirurgie cardiaque datant de moins de 10 jours, • Angioplastie vasculaire de moins de 15 jours, • Instauration d'un traitement anti-coagulant, traitement non équilibré, • Infarctus du myocarde récent (moins de 10 jours), • Thrombose des membres inférieurs.
Pathologies pulmonaires	<ul style="list-style-type: none"> • Toute chirurgie thoracique de moins de 15 jours, • Pneumothorax non guéri, • Oxygénothérapie au long court.

3



Pathologies neurologiques	<ul style="list-style-type: none"> • Accident vasculaire cérébrale hémorragique ou non de moins de 10 jours, • Tout acte de chirurgie datant de moins de 10 jours, • Crise convulsive récente (moins de 24 heures).
Chirurgie	<ul style="list-style-type: none"> • Tout fracture plâtrée de moins de 48 heures, sauf si plâtre bivalve, • Coelioscopie digestive de moins de 10 jours.
Pathologies ORL	<ul style="list-style-type: none"> • Chirurgie ORL de moins de 10 jours, • Otite, sinusite actives.
Pathologies infectieuses	Toute pathologie en cours d'évolution,
Pathologies ophtalmiques	<ul style="list-style-type: none"> • Toute chirurgie oculaire de moins de 7 jours, • demander l'avis du spécialiste.
Pathologies psychiatriques	Toute pathologie même équilibrée à moins d'un accompagnement compétent.
Sports aquatiques	<ul style="list-style-type: none"> • Dernière plongée sous marine datant de moins de 24 heures, • Tout accident de décompression de moins de 10 jours.



4