



Maladies virales des climats chauds

🕒 paru le 19/12/2019 • adapté au contexte belge francophone • dernière vérification de mise à jour le 23/11/2020

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

Les affections décrites dans ce guide-patient sont provoquées par des virus. Ces maladies surviennent presque exclusivement dans les régions tropicales. La plupart des virus sont transmis à l'homme par des moustiques, mais certains par des mammifères ou d'homme à homme.

Virus transmis par les moustiques

- Dengue (ou fièvre rouge)
 - Le virus de la dengue se rencontre en Asie du Sud-Est, dans les Caraïbes, en Amérique centrale, en Amérique du Sud et, de manière sporadique, en Afrique et en Australie du Nord.
 - Cette maladie est actuellement en pleine expansion dans de nombreuses régions tropicales.
 - Ce virus est transmis par le moustique du genre Aedes, qui pique pendant la journée.
 - La dengue provoque des symptômes sévères et dure souvent longtemps.
- Chikungunya
 - Le virus du chikungunya se rencontre de manière sporadique dans de vastes zones d'Afrique, d'Asie du Sud-Est et d'Inde.
 - Une épidémie est en cours dans les Caraïbes et en Amérique centrale depuis 2014 et le virus a commencé à se propager sur le continent sud-américain.
 - Ce virus est transmis par le moustique du genre Aedes, qui pique pendant la journée.
- Fièvre jaune
 - La fièvre se rencontre uniquement en Afrique subsaharienne (90 % des cas) et en Amérique du Sud.
 - Ce virus est transmis par le moustique Aedes aegypti, qui pique pendant la journée.
 - Il existe un vaccin contre la fièvre jaune, qui est obligatoire dans les pays où la maladie est présente.
- Encéphalite japonaise (inflammation du cerveau)
 - Cette maladie se rencontre le plus souvent en Inde et en Asie du Sud-Est.
 - Le virus est transmis par les moustiques Culex, qui sont actifs le soir et la nuit.
 - De manière générale, le risque pour les voyageurs vers l'Extrême-Orient est extrêmement faible (moins d'une personne en voyage pendant 1 mois sur 1 000 000). En fonction de la saison, de la destination et des conditions de voyage, le risque de contamination peut atteindre jusqu'à 1 sur 5 000.
- Fièvre Zika
 - Le virus Zika est présent dans [différents pays](#) d'Asie, d'Afrique, d'Amérique du Nord, d'Amérique centrale et d'Amérique du Sud.
 - Ce virus est transmis par le moustique du genre Aedes, qui pique pendant la journée.
 - Le virus Zika peut également être transmis par contact sexuel ou par transmission de la mère à l'enfant pendant la grossesse.
- Le [paludisme](#) est une autre maladie tropicale importante transmise par les moustiques. Cependant, cette maladie n'est pas causée par un virus, mais par un [parasite](#).

Virus transmis d'homme à homme

La contamination se fait d'abord par contact entre l'homme et l'animal ('hôte' du virus), puis directement d'homme à homme.

- Ebola
 - Le virus [Ebola](#) se rencontre principalement en Afrique.
 - Les hôtes de ce virus sont des animaux sauvages, tels que les chauve-souris ou les singes.
 - La transmission d'homme à homme ne passe pas par l'air, mais bien par la salive, le sang, l'urine, les selles, les vomissements, la transpiration et les rapports sexuels.
 - Les personnes qui n'ont ni [fièvre](#), ni symptômes ne sont pas contagieuses.

Quelle est leur fréquence ?

- Dengue (ou fièvre rouge)
 - Le nombre de personnes infectées par la dengue augmente sur le plan mondial en raison de la croissance de la population et de l'urbanisation. 45 % de la population mondiale vit dans des régions où la dengue est fréquente.
 - Quelque 100 millions de cas de dengue sont recensés chaque année.
 - Le nombre de personnes qui en décèdent est inférieur à 1 %.
- Chikungunya
 - Chaque année, plusieurs cas de chikungunya sont diagnostiqués parmi les voyageurs dans de nombreux pays européens.
 - Les décès dus au chikungunya sont rares et concernent principalement des personnes très âgées.
- Fièvre jaune
 - Le nombre de cas de fièvre jaune tourne vraisemblablement autour des 200 000 par an dans le monde. En Belgique, le dernier cas de fièvre jaune a été enregistré en 2002.
 - Le taux de décès suite à la maladie est d'environ 5 % et varie entre 20 et 50 % lorsqu'une [jaunisse](#) se développe.
- Encéphalite japonaise
 - Les infections se produisent surtout entre mai et octobre, dans les zones rurales et dans les bidonvilles en expansion.
 - Chaque année, on compte quelque 68 000 contaminations dans le monde.
 - Chez les personnes qui présentent des signes d'[encéphalite](#), le risque de décès est de 30 %. Dans 30 % des cas, les patients gardent des séquelles.
- Fièvre Zika
 - L'Amérique latine a été touchée par une très grande épidémie de fièvre Zika en 2015 et 2016. Cette épidémie est pratiquement terminée en 2019, si bien que le risque de contamination a fortement baissé.
 - Environ 6 % des enfants de mères contaminées par le virus Zika pendant la grossesse développent des anomalies congénitales.
 - Le taux de décès est très faible.
- Ebola
 - En 2014, une grande épidémie d'[Ebola](#) a sévi dans plusieurs pays d'Afrique de l'Ouest. Des dizaines de milliers de cas ont été recensés et une intervention internationale a été nécessaire pour contrôler la situation. Quelques cas sporadiques se sont également propagés dans les pays occidentaux.
 - Parmi les personnes contaminées par [Ebola](#), environ 50 % meurent

Comment les reconnaître ?

- Dengue (ou fièvre rouge)
 - Cette infection se caractérise par des débuts très soudains, accompagnés de [fièvre](#), de [maux de tête](#) et de [douleurs aux articulations](#) intenses, d'une douleur derrière les yeux et de [douleurs aux muscles](#). Une [toux sèche](#) est parfois présente.
 - Les symptômes apparaissent 4 à 10 jours après la contamination. Souvent, la [fièvre](#) disparaît au bout de 3 à 4 jours, mais réapparaît quelques jours plus tard, en même temps qu'une [éruption cutanée](#) tachetée.
 - Les symptômes disparaissent dans les 2 semaines, mais il peut s'ensuivre une période de difficile convalescence, qui peut durer plusieurs semaines et qui s'accompagne de plaintes telles qu'une [fatigue](#), une [dépression](#) et des [douleurs aux muscles](#).
 - Une forme de la maladie potentiellement mortelle et extrêmement rare se caractérise par d'intenses [maux de](#)

[ventre](#), des [vomissements](#) et des saignements.

- [Chikungunya](#)
 - Le chikungunya se manifeste habituellement 3 à 7 jours après la contamination et connaît des débuts très soudains, caractérisés par une forte [fièvre](#), des symptômes pseudo-[grippaux](#) et d'intenses [douleurs aux articulations](#) des chevilles, des poignets et/ou des doigts. La personne infectée peut en éprouver des difficultés à marcher. Pour le reste, on note parfois un gonflement des mains et/ou des pieds, des [maux de tête](#), une [éruption cutanée](#) ou des saignements légers (gencives).
 - Dans la plupart des cas, les symptômes disparaissent après une semaine mais, chez un certain nombre de personnes, les [douleurs aux articulations](#) peuvent persister plusieurs semaines, voire plusieurs mois.
- [Fièvre jaune](#)
 - La fièvre jaune connaît très souvent une évolution bénigne : il arrive même parfois que la maladie passe inaperçue ou ressemble à une légère [grippe](#).
 - Parfois, les symptômes sont plus graves et peuvent inclure une [jaunisse](#) et des saignements (entre autres des [hématomes \(bleus\)](#) spontanés).
 - Les symptômes apparaissent 3 à 6 jours après la contamination.
- [Encéphalite japonaise](#)
 - Les symptômes peuvent varier d'un tableau pseudo-[grippal](#), avec des [maux de tête](#), à une [méningite \(inflammation des méninges\)](#) ou une [encéphalite \(inflammation du cerveau\)](#) plus sévères.
 - L'encéphalite japonaise se caractérise par une réduction du niveau de conscience et des symptômes de [paralysie](#), voire un coma.
- [Fièvre Zika](#)
 - Les symptômes d'une infection par le virus Zika sont bénins ; la maladie passe parfois inaperçue.
 - Une [éruption cutanée](#) accompagnée de démangeaisons est fréquente. Parfois, il est aussi question de [fièvre](#), de [douleurs aux articulations](#), d'inflammation de l'œil, de [maux de tête](#) et de [fatigue](#).
 - Les symptômes durent entre quelques jours et une semaine. Souvent, le médecin n'est même pas consulté.
 - Dans de rares cas, des complications neurologiques sont possibles, comme le [syndrome de Guillain-Barré](#).
 - Le virus Zika est surtout dangereux pour le fœtus d'une mère contaminée. Une infection par le virus Zika peut provoquer une fausse couche ou des anomalies congénitales, telles qu'un crâne trop petit (microcéphalie), des [troubles de la vue](#) ou [de l'ouïe](#), un [retard de croissance](#), un retard mental ou une [épilepsie](#).
- [Ebola](#)
 - [Ebola](#) se caractérise par une [fièvre](#) associée à une tendance inexplicquée à saigner au niveau de la peau et des organes internes. Il est souvent question de [vomissements](#) et de [diarrhée](#), de [maux de tête](#), d'inflammation des yeux et de [douleurs aux muscles](#).
 - Les premiers symptômes surviennent en moyenne 7 à 10 jours après la contamination, mais au maximum après 21 jours.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Le médecin suspectera l'une de ces infections en présence de [fièvre](#) ou d'autres symptômes après un voyage dans une région contaminée. Le diagnostic ne peut être posé qu'au moyen d'un test sanguin spécifique, qui détecte les anticorps contre les virus en question.

Que pouvez-vous faire ?

Si vous tombez malade après un voyage dans une région tropicale, consultez votre médecin. Pour le reste, il est conseillé d'appliquer les mesures suivantes en vue d'[éviter la contamination](#) :

Vaccination

Il existe des vaccins contre la fièvre jaune et l'encéphalite japonaise.

- [Fièvre jaune](#)
 - Dans certains pays, le vaccin contre la fièvre jaune est obligatoire. Un grand nombre de pays exigent aussi une vaccination de rappel tous les 10 ans.
 - Le vaccin contre la fièvre jaune ne peut être administré que dans un centre de santé provincial agréé ou à l'Institut de médecine tropicale (à Anvers).
 - Le vaccin contient des virus vivants atténués et ne peut pas être administré aux femmes enceintes ou aux personnes dont le système immunitaire est affaibli. Une grande prudence s'impose également chez les enfants âgés de moins de 9 mois et chez les personnes âgées de plus de 60 ans.

- Encéphalite japonaise

- La vaccination contre l'encéphalite japonaise n'est pas conseillée à tous les touristes.
- Le vaccin est surtout utile pour les voyageurs ou les travailleurs qui séjournent au moins 3 à 4 semaines, entre mai et octobre, dans une région à haut risque.

En plus des vaccinations ci-dessus, d'autres vaccins sont vivement recommandés avant de partir en voyage :

- Soyez donc en ordre de vaccination pour le tétanos et la diphtérie.
- Le vaccin contre l'hépatite A est conseillé pour un grand nombre de pays.

Rendez-vous par exemple sur le site web de l'Institut de médecine tropicale (IMT) pour connaître les vaccins recommandés pour votre destination spécifique, ou contactez votre médecin pour en discuter avec lui.

Protection contre les moustiques

Certains moustiques piquent surtout le jour, d'autres plutôt le soir et la nuit. Voici quelques conseils importants pour éviter les piqûres de moustiques :

- Portez des vêtements qui couvrent vos bras, vos jambes et vos pieds.
- Appliquez un répulsif sur toutes les parties du corps qui sont exposées. Utilisez de préférence un produit contenant du DEET à une concentration comprise entre 30 et 50 %.
 - Chez les femmes enceintes et les enfants, une concentration de 20 à 30 % est plutôt conseillée.
 - Appliquez le produit toutes les 4 à 6 heures en moyenne.
 - Évitez tout contact avec les muqueuses (yeux, bouche), les plaies ou les lésions d'eczéma.
 - Si vous utilisez aussi une crème solaire, appliquez d'abord la crème solaire, puis le DEET. Utilisez une crème solaire à facteur de protection élevé (30 ou plus), car le DEET diminue l'efficacité de la crème solaire.
- Portez éventuellement des vêtements imprégnés d'insecticide (perméthrine).
- Dormez sous une toile moustiquaire imprégnée d'insecticide (perméthrine ou deltaméthrine). Vous en trouverez aisément dans le commerce.
- Pour une chambre à coucher sans moustiques, posez p.ex. des moustiquaires aux fenêtres et aux aérations.

Protection contre le virus Zika

- Il est conseillé aux femmes enceintes de ne pas se rendre dans les régions où le virus Zika se propage activement. Il s'agit plus précisément des pays affichés en rouge sur cette carte.
- Si vous partez en voyage dans un pays où le virus Zika est présent (en mauve sur cette même carte) assurez-vous de bien vous protéger contre les moustiques pendant la journée et utilisez des préservatifs. Avant votre départ, discutez du risque de contamination avec votre médecin.
- Les femmes qui reviennent de régions épidémiques ou en cours de convalescence suite à une infection par le virus Zika doivent reporter toute tentative de grossesse de 8 semaines.
- Les hommes qui reviennent de régions épidémiques doivent :
 - s'abstenir d'avoir des rapports sexuels non protégés pendant 8 semaines s'ils n'ont pas présenté de symptômes qui suggèrent une infection par le virus Zika ;
 - s'abstenir d'avoir des rapports sexuels non protégés pendant 6 mois s'ils ont contracté la maladie.

Que peut faire votre médecin ?

Il n'existe pas de traitement contre ces infections virales. Le plus souvent, elles guérissent d'elles-mêmes.

- En cas de dengue (fièvre rouge), l'utilisation d'aspirine ou d'anti-inflammatoires tels que l'ibuprofène est déconseillée. Utilisez de préférence du paracétamol.
- Les complications graves telles que les saignements spontanés nécessitent une hospitalisation.
- Les personnes infectées par une maladie virale, qui sont contagieuses, sont soumises à un isolement strict.

En savoir plus ?

- Infections (virales, bactériennes, etc) et immunité - mongeneraliste.be - SSMG - Société Scientifique de Médecine Générale
- Voyager sain - IMT - Institut de médecine tropicale
- Voyager en bonne santé - IMT - Institut de médecine tropicale
- Chikungunya, dengue et zika - IMT - Institut de médecine tropicale

- [Mon Contraceptif – O'Yes](#)
- [Bon usage des répulsifs – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#) (propose notamment quelques noms de spécialités avec une concentration élevée suffisante)
- [Paracétamol – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Anti-inflammatoires non-stéroïdiens – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Ibuprofène – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)

Vaccination

- [Diphtérie – Vaccination-Info.be](#)
- [Tétanos – Vaccination-Info.be](#)
- [Hépatite A – Vaccination-Info.be](#)
- [Fièvre jaune – Vaccination-Info.be](#)
- [Encéphalite japonaise – Vaccination-Info.be](#)

Vous cherchez une aide plus spécialisée ?

- [Services médicaux – IMT – Institut de médecine tropicale](#)
- [Fièvre jaune – Centres de vaccination](#)

Sources

- [Guide de pratique clinique étranger 'Viroses des climats chauds' \(2000\), mis à jour le 06.03.2017 et adapté au contexte belge le 19.10.2019 – ebpracticenet](#)
- [www.itg.be](#)