

Aspects administratifs et médicaux pour une voyage au Cameroun

Documents nécessaires :

- Visa
- Passeport ou carte d'identité
- Carnet de vaccination international avec vaccination pour la fièvre jaune

1) Pièces à fournir pour l'obtention de votre visa :

Chaque demande doit comprendre :

- ▶ Le passeport d'une validité égale ou supérieure à 6 mois minimum, comprenant une page libre de toute inscription + des pages du passeport ou figurent l'identité et l'adresse.
- ▶ Un formulaire du consulat du Cameroun (73 rue d'Auteuil 75016 Paris), dûment rempli et signé avec 2 photos d'identité identiques (photos non scannées, ni photocopies).
- ▶ Une attestation de voyage ou copie du billet d'avion aller/retour
- ▶ Certificat d'hébergement avec copie de la pièce d'identité de la personne qui invite, visés par les autorités du Cameroun ou une confirmation de réservation d'hôtel.
- ▶ Chèque à l'ordre de LISCO du montant de la formule choisie + les frais consulaires.

2) Vaccinations :

- **Mise à jour des vaccinations obligatoires ou recommandées** en France (en particulier diphtérie-tétanos-polimyélite).
- Vaccination vis-à-vis de la **fièvre jaune obligatoire**, disponible dans les centres agréés de vaccinations internationales (liste des centres sur www.sante.gouv.fr/htm/pointsur/vaccins/f_jaune/index.htm). La vaccination doit-être réalisée au moins 10 jours avant le départ, et sa validité est de 10 ans en l'absence de rappel. En l'absence de vaccination à jour, l'entrée sur le territoire est impossible.
- Vaccination vis-à-vis de l'**hépatite A recommandée** mais non indispensable pour le voyage. Une injection 15 jours avant le départ.
- Vaccination vis-à-vis de la **fièvre typhoïde recommandée** mais non indispensable pour le voyage. Une injection 15 jours avant le départ.

En résumé : 1 seul vaccin indispensable, celui de la fièvre jaune, les autres vaccins sont facultatifs bien que fortement conseillé.

NB : la vaccination vis-à-vis de la **rage** est également recommandée, mais le schéma vaccinal s'étalant sur une période d'un an avec une durée de protections de 5 ans compromet sa réalisation en pratique.

3) Traitements médicamenteux :

- Un traitement obligatoire : **prophylaxie vis-à-vis du Paludisme** sur prescription médicale. Trois médicaments possibles pour le Paludisme : LARIAM, MALARONE ou DOXYCYCLINE.

NB : la prise d'une prophylaxie médicamenteuse vis-à-vis de Paludisme ne dispense pas de mesures de protection physique indispensable : moustiquaire imprégné d'insecticides, vêtements ample imprégnés d'insecticides, répulsifs appliqués sur les parties du corps non

couverte par les vêtements. Le risque de pique est maximal entre le coucher et le lever du soleil.

Une consultation médicale est donc nécessaire pour se voir prescrire le traitement prophylactique ainsi que la dispense de nombreux conseils ayant trait en particulier à l'alimentation et aux diarrhées du voyageur.

- Autres traitements pouvant s'avérer utile (à transporter dans une trousse à pharmacie) :
- Anti-diarrhéique anti sécrétoire type TIORFAN dans les diarrhées légères.
- Antibiotiques en cas d'infections intestinales avec fièvre ou diarrhée glairo-sanglantes : CIFLOX 500mg x2/j pendant 5 jours.
- Antibiotiques en cas de plaie profonde souillée : BRISTOPEN 500mg 2 comprimés x3/j pendant 5 jours
- Anti-douleur type Paracétamol
- Anti-nauséeux type MOTILIUM
- Boîte de pansements, compresses, bétadine dermique
- Protection solaire indice maximum

4) Conseils concernant l'hygiène de vie :

- Eviter l'ingestion d'aliments crus ou cuits mais consommé froid.
- Ne boire que de l'eau en bouteille encapsulé
- Lavage des mains très régulier au savon ou solution hydro-alcoolique

Au total, le départ pour le Cameroun doit être préparé au moins 2 mois à l'avance pour l'obtention du Visa, la réalisation des différents vaccins (dont celui de la fièvre jaune qui est obligatoire), une consultation médicale avec conseils et prescription des médicaments indispensables (prophylaxie anti paludisme) ou utiles.

Numéros utiles

- ▶ Police Secours : 17 (ou 117 à partir du portable) dans les villes de Yaoundé, Douala et Garoua
- ▶ Gendarmerie : 13 (ou 113 à partir du portable) dans les provinces du Centre, du Littoral, de l'Ouest et du Nord-ouest
- ▶ Sécurité à Douala Numéro vert : (00 237) 33.43.65.72

- ▶ Ambassade de France à Yaoundé, 24 heures/24 : (00 237) 22.22.79.08
- ▶ Section consulaire : (00 237) 22.22.79.50 / Permanence d'urgence : (00 237) 99.99.92.55
- ▶ Consulat Général de France à Douala : (00 237) 33.50.17.00/ 33.50.17.17/33.50.17.22, Fax : (00 237) 33.50.17.01/33.50.17.07, Permanence d'urgence : (00 237) 99.80.05.52

- ▶ Direction de la police des frontières : (00 237) 22.20 11.17 / 22.21.28.84
- ▶ Aéroport international de Yaoundé - Nsimalen : (00 237) 22.23.36.02 / 22.23.17.44 / Fax: (00 237) 22.23.45.20
- ▶ Aéroport international de Douala : (00 237) 33.42.35.26 / 33.42.36.30 / Fax: (00 237) 33.42.57.00