

# GUIDE SANTE CAMBODGE

## DONNEES GEOGRAPHIQUE ET INDICATEURS SOCIAUX

### ECONOMIQUES DU CAMBODGE

. Superficie :	181.035 Km2
. Population :	14,4 millions
. Densité:	78 hab/km2
. Pourcentage population - de 15 ans	38%
. Taux de natalité :	2,6%
. Mortalité infantile :	5,4%
. Taux de croissance démographique :	1,8%
. Espérance de vie :	61 ans
. Pourcentage de femme / population adulte :	52%
. Population active :	6 millions
. Population urbaine :	22%
. Ethnie Kmer :	95%
. Religion:	Bouddhistes, Musulmans (< 3%)
. Alphabétisme des 15-24ans	85%
. Langues	Khmer(officiel),English,French
. Produit National Brut / habitant :	600 USD
. Taux de croissance Produit Intérieur Brut :	9% en 2007
. Inflation :	15% a 10% prévus en 2009
. Budget de l'état :	1,2Md US\$
. Montant de l'aide :	1Md US\$ (promesse 2009)
. Pourcentage des dépenses de santé dans les finances publiques :	7%

(Sources Mission Economique de l'Ambassade de France a Phnom Penh)

## ALCOOL

La consommation d'alcool est autorisée au Cambodge.

La prise simultanée d'alcool avec certains médicaments (Métronidazole : Flagyl®, Fasigyne®, Antihistaminiques,...) est contre indiquée ou déconseillée. De plus dans certaines régions du Cambodge il est conseillé une prophylaxie antipaludéenne, et ces médicaments contre indiquent la prise de boissons alcoolisées.

Début de contrôle d'alcoolémie au Cambodge par la Police de la route.

...

✘ Le Ricard® sec n'a jamais été le traitement d'urgence de la diarrhée. Son usage est réservé à la convivialité, et il doit être bu avec modération.

Les boissons anisées (Ricard ®, Pastis 51®, ....) sont le résultat de la macération

de plusieurs plantes : la badiane chinoise et la réglisse.

La badiane chinoise ou anis étoilé est aussi utilisée dans la fabrication de l'acide shikimique qui est à la base de la fabrication de l'Oseltamivir ou Tamiflu® des laboratoires Roche, chimiothérapie antigrippale non vaccinale, utilisée contre la grippe humaine, contre la grippe aviaire H5N1, contre la grippe H1N1...

De là, à dire que les boissons anisées sont un antidote aux virus grippaux..... !!!

## ANIMAUX VENIMEUX

### Les Serpents ;

Parmi les espèces les plus souvent rencontrées ; *Les élapidés* dont les crochets ne se replient pas et ont un canal, leur venin est surtout neurotoxique tel que les Cobras et *Les vipéridés* dont les crochets se replient avec canal fermé, leur venin est hémolytique et nécrosant.

✂ Chaussure haute, bottes et pantalons longs, lampe la nuit, bâton à la main.

Il n'y a pas actuellement de vaccin utilisable. Il n'est pas conseillé au voyageur d'emporter du sérum antivenimeux sans compartiment réfrigéré, et sans compétence médicale (risque allergique très élevé).

Scorpions ; de deux sortes, noirs ou blancs. La piqûre est très douloureuse, mais pas mortelle. Voir un médecin immédiatement. Le venin du scorpion est essentiellement neurotoxique.

✂ L'application immédiate d'une cigarette allumée sur l'endroit de la piqûre permet, comme pour les hyménoptères, de diminuer l'action du venin.

Intéressant de secouer chaussures ou toutes affaires posées sur le sol. Le scorpion chasse la nuit, et ne pique que s'il est dérangé ou surpris.

Araignées ; de très belles au Cambodge dans les zones forestières. Beaucoup dans la région de Skoun : délicieux plat cambodgien.

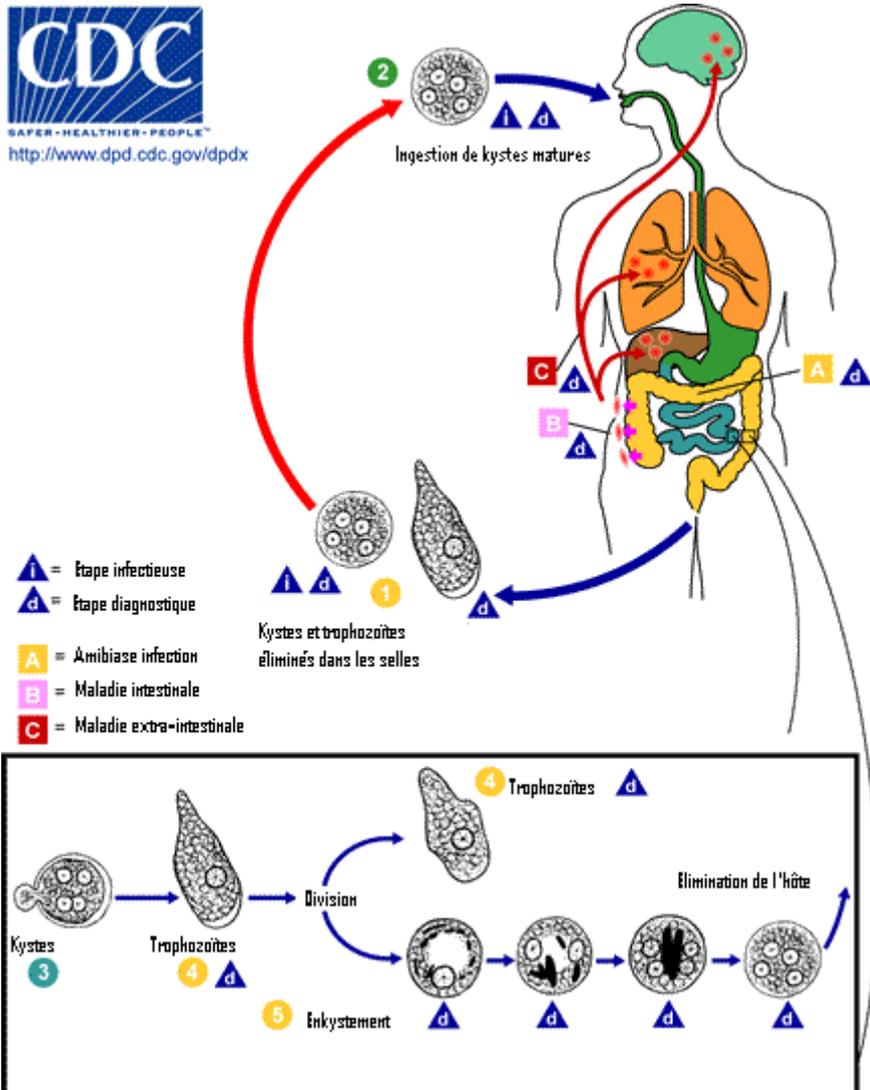
✂ Les araignées chassent la nuit, dans les zones exposées, dormir sous moustiquaire en campagne et forêt, et se munir d'une lampe torche la nuit pour bien éclairer son chemin.

## AMIBIASE

Très fréquente au Cambodge, l'amibe parasite intestinal (*Entamoeba histolytica*), est responsable d'une dysenterie intestinale avec selles sanglantes et muqueuses. La contamination est essentiellement buccale par ingestion de crudités et de fruits déjà pelés. L'eau de boisson est aussi un moyen de contamination. Le diagnostic se fait par une recherche de parasite dans les selles.

Le traitement fait appel aux Imidazolés pour une durée minimum de 7 jours (la prise d'alcool est déconseillée pendant le traitement).

✂ La prévention repose sur des légumes bien lavés dans une solution de permanganate de potassium avant d'être consommés. L'hygiène des mains est aussi importante.



## ANKYLOSTOME OU ANGUILLULOSE

Parasitose intestinale provoquée par de petits vers qui pénètrent par la peau, et après de multiples transformations se retrouvent dans la lumière intestinale provoquant des troubles physiques et digestifs variés. Le diagnostic et le suivi thérapeutique se fera conjointement par un bilan sanguin et une parasitologie des selles.

La contamination est essentiellement cutanée en marchant pieds nus ou en s'allongeant directement sur le sol humide ou le sable.



## ASCARIDOSE

L'ascaris vers rond, parasite intestinal fréquent, responsable de troubles digestifs mineurs, se transmet par des œufs contenus dans les aliments. La contamination se fait par voie buccale.

La aussi il faut respecter les règles d'hygiène alimentaire, élémentaires.

✘ Il est conseillé de traiter adultes et enfants tous les trimestres par des antihelminthes actifs sur les nématodes ; ascaris, oxyures, trichocéphales, ankylostome. Traitement simple et peu onéreux (Zentel®, Fluvermal®, Vermox®, Combantrin®, Povanyl®).



## BILHARZIOSE

Parasitose des régions tropicales, l'homme se contamine lors de bains dans des étendues d'eau douce colonisées par des mollusques hôtes intermédiaires ; les zones contaminées sont dans la région de Kratie.

Ce sont les formes intestinales et hépatospléniques de bilharziose, en rapport avec l'infestation par *Schistosoma Mekongi*, qui sont les plus fréquentes.

### ✂Conseils ;

Le vaccin anti-bilharzien n'étant toujours pas au point, il faut éviter les contacts de la peau avec les étendues d'eau douce contaminée, tel les rivières ou les ruisseaux, surtout dans la région de Kratie, les mares et les marigots. Si cela vous arrive, séchez vous rapidement et énergiquement. Les bains en piscine et en mer sont par contre inoffensifs.



*Schistosoma mansoni*, mâle et femelle à gauche, femelle seule au milieu, mâle à droite.

## BOISSONS

Ne pas boire l'eau du robinet, car eau non traitée, et l'usage des citernes d'immeuble est très répandu, entraînant des risques de contamination bactérienne.

Boire de l'eau en bouteille ; la production locale est de l'eau non minéralisée désinfectée. L'eau minéralisée qui provenait jusqu'alors de l'étranger (Evian, La Vie, Minere, Montfleur) et ... maintenant, Kulen la première eau minérale de très grande qualité produite au Cambodge.

On peut consommer de manière sûre, toute boisson a température supérieure a 65° (thé, café, infusion)

Bien des fatigues viennent d'une déshydratation à la fois aqueuse et minérale, d'ou l'intérêt des boissons minéralisées

✂\_Prenez garde au risque de la déshydratation ; la chaleur, la sudation , la respiration, l'élimination urinaire, vomissements, diarrhée,...provoquent un perte excessive d'eau et de sels minéraux. Penser à vous hydrater en quantité suffisante, ....et à boire sans soif !, et faire des cures de sels minéraux.



Première eau minérale produite au Cambodge

### « BOOMACKS » Moucheron piqueurs ou Pheblotome

Les « Boomachs »\* de la famille des Ceratopogonidés, sont de très petits moucheron aux ailes vertes et blanches sévissant sur le littoral du Golfe de Thaïlande, et dont les piqûres provoquent des réactions allergisantes désagréables (démangeaisons) pendant plusieurs jours et nuits. Peuvent entraîner des lésions de grattage importantes et persistantes avec surinfection, nécessitant de consulter votre médecin.

Ce moucheron peut transmettre un parasite microscopique, la leishmanie,. La maladie qu'il provoque, la leishmaniose, existe sous deux formes. L'une, cutanée, entraîne des lésions qui guérissent en quelques mois, mais laissent des cicatrices très inesthétiques. Il existe aussi une forme viscérale. Le parasite peut en effet migrer dans le foie ou la rate entraînant perte d'appétit, amaigrissement, diarrhées, fièvre

#### ✂ Conseil :

Aucun médicament n'est réellement efficace. Se frotter le corps avec de l'alcool, ce qui permet d'être tranquille quelques heures. Utiliser des répulsifs cutanés antimoustiques ?



\* Nom local

## **LA BOURBOUILLE (SUDAMINA, GOURME, GALE BEDOUINE, LICHEN TROPICUS, MILIAIRE ROUGE ou BOUTON DE CHALEUR)**

Affection cutanée fréquente au Cambodge, représentée par une éruption très prurigineuse (démangeaisons), formée de vésicules très fines. Ces vésicules sont dus à une rétention de sueur au niveau des pores des canaux excréteurs des glandes sudorales, entraînant une inflammation, et parfois une surinfection.

La Bourbouille est fréquente chez les jeunes enfants et se situe au niveau des plis cutanés et de la taille, chez l'adulte présence au niveau des bras, des jambes, et de l'abdomen. La prévention repose sur des douches froides régulières (sans employer de savon), l'emploi de talc mentholé permettant de garder une peau sèche, et le port de vêtements de coton amples et légers.

Les vêtements séchés au soleil seront repassés au fer chaud des deux cotés de façon à éliminer oeufs et larves de mouches responsables de myases cutanées.

### **✂ Conseil pour s'en débarrasser :**

- la douche fréquente sous l'eau de pluie,
- en utilisant du Savon de Marseille !,
- la Friction de Foucaud. (« Avec Foucaud, toujours dispos » depuis 1946)



## **CHAMBRE DE DECOMPRESSION**

Pour les accidents de plongées, pas de chambre de décompression au Cambodge, la plus proche est en Thaïlande.



## CHIKUNGUNYA

Le virus Chikungunya ( qui signifie en swahili « marcher courbé », en raison des fortes douleurs articulaires provoquées) est transmis par un moustique du type *Aedes*.

Environ 4 à 7 jours après la piqûre de moustique infectante, une fièvre élevée apparaît brutalement. S'y associent alors typiquement d'importantes douleurs articulaires et musculaires touchant les extrémités des membres (poignets, chevilles, phalanges), des maux de tête et parfois une éruption cutanée.

L'évolution spontanée de la maladie est le plus souvent favorable.



L' *Aedes aegypti* moustique responsable



Lesion eruptive au niveau du pied

## CONJONCTIVITES

La conjonctivite est fréquente au Cambodge, le plus souvent d'origine irritative (beaucoup de poussière en saison sèche) ou virale. Virale elle est très contagieuse, elle se traduit par une rougeur de l'œil, un prurit, et un larmoiement. La vision est toujours normale.

- ✂ - protéger vos yeux du soleil et de la poussière en portant des lunettes de soleil
- enlever d'éventuelles lentilles de contact,
- laver les yeux très souvent avec du sérum physiologique, ou de l'eau stérilisée, surtout après une journée poussiéreuse.
- lavage fréquent des mains pour éviter la contamination de l'autre oeil.

## CONTRACEPTION

La diarrhée étant très fréquente, l'efficacité des contraceptifs oraux peut être diminuée après un épisode de diarrhée, leur résorption pouvant être insuffisante. Pour garantir une efficacité maximale le contraceptif doit être pris avec un intervalle régulier de 24 heures (un délai de 2 heures maximum est permis), au delà l'activité contraceptive peut être compromise.

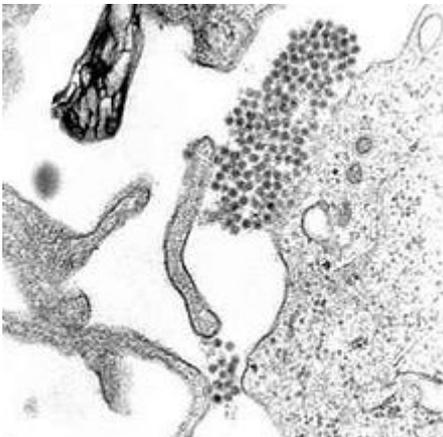
## LA DENGUE

La Dengue est une arbovirose transmise par un petit moustique noir strié de blanc (*L'aedes aegypti*), qui pique uniquement le jour.

Fréquente en été et pendant la saison des pluies, elle se manifeste par des fièvres élevées, des maux de tête, des douleurs articulaires et musculaires importantes, donnant au malade un aspect figé, et une fatigue importante.

La seule complication est la Dengue hémorragique due à une baisse importante des plaquettes sanguines. Les signes cliniques débutent 2 à 7 jours après la piqûre

- ✂ - ne pas prendre d'Aspirine, prendre du Paracétamol ou de l'Ibuprofène
- pas de vaccin encore au point,
- en zone d'endémie, le meilleur moyen pour éviter la Dengue, est de ne pas se faire piquer par un moustique infecté?
- une vaccination pour bientôt ??



Le Virus de la dengue au microscope



Erythème polymorphe

## DIARRHEES

La diarrhée (ou Turista) est une des complications les plus fréquentes du séjour. Elle est le plus souvent bénigne et guérit spontanément sans séquelle, mais parfois peut revêtir des formes beaucoup plus grave. La diarrhée est due à deux causes principales ; le changement de nourriture et de climat, et la contamination par l'eau ou les aliments par des bactéries ou des parasites.

En plus du désagrément causé par les visites incessantes aux toilettes, le risque principal est la déshydratation.

✂ En cas de diarrhée, préférer, riz, pâtes, banane, réhydratation par eau bouteille, sodas non gazeux, sels de réhydratation.

Eviter systématiquement, la prise isolée d'antidiarrhéiques moteur (*Imodium®* et *Arestal®*) qui traite le symptôme, mais ne traite pas la cause.

Un examen de selles; parasitologie ou bactériologie est souvent nécessaire.

Si diarrhée compliquée ;

- . plus de 2 jours
- . température,
- . vomissements importants,
- . sang dans les selles,
- . chez l'enfant,

une consultation médicale est vivement conseillée.

La chimioprophylaxie est déconseillée, à l'exception de situations particulières excluant impérativement toute indisposition (*Ex :conférence, rendez vous galant,..* )

En cas de diarrhée dans un groupe de voyageurs, il est indispensable, pour empêcher l'extension d'une épidémie, de renforcer les mesures d'hygiène (lavage des mains, des surfaces potentiellement contaminées). En effet, si les premiers cas sont dus à une intoxication d'origine alimentaire, les suivants sont, en revanche, souvent des cas secondaires attribuables à une dissémination manu- portée des germes.

Pour éviter ou corriger la déshydratation, il est très important de boire abondamment (des liquides salés ou sucrés) ou d'utiliser des sachets de sels de réhydratation orale.

## L'ENCEPHALITE JAPONAISE

L'encéphalite japonaise est une infection virale grave, touchant le Système Nerveux Central. Ce sont surtout les porcs qui constituent le réservoir du virus. La transmission est assurée par des moustiques de type *Culex*, piquant de préférence le soir ou la nuit. La maladie s'observe surtout en milieu rural, où les hommes voisinent avec les élevages de porcs, et plus particulièrement dans les régions de rizières, milieu favorable au développement des moustiques. Des infections ont également été rapportées dans la périphérie des zones urbaines, mais ce fait est plus rare. La période à haut risque de transmission est la saison des pluies. L'incubation est de 5 à 15 jours.

Il existe un vaccin efficace, de fabrication japonaise ou coréenne. Des réactions allergiques peuvent survenir après l'injection, mais le vaccin est en général bien toléré.

### ✂ Conseils:

- la vaccination peut être recommandée, en particulier pour les personnes qui se rendront dans une zone rurale endémique pour une période de plus de 3 semaines,
- le protocole vaccinal comprend 3 injections (J0, J7, et J30),  
Rappel au bout de 2 ans, puis tous les trois ans.
  - expatriés adultes et enfants de plus de 1 an,
  - la meilleure des préventions c'est de prendre, des mesures de protection contre les piqûres de moustiques.
  - période a risque pendant la saison des pluies de mai à octobre.

Moustique Culex



## FILARIOSES

Il s'agit de filarioses lymphatiques de Bancrofti (*Wuchereria bancrofti*) ou parfois de Malaisie (*Brugia malayi*) répandues dans le nord du pays. L'Homme est infecté par des moustiques du genre *Culex*, piquant habituellement la nuit, qui déposent des micro filaires lors d'une piqûre, passe dans la circulation sanguine, et les filaires adultes infestent les voies lymphatiques et les ganglions.

Les formes asymptomatiques sont fréquentes. Les formes aiguës correspondent aux réactions inflammatoires des lymphatiques.

Le diagnostic repose sur la découverte des micros filaires dans le sang prélevé la nuit, sur la mise en évidence d'anticorps et sur l'hyper éosinophilie sanguine.

✂ La prévention repose par la protection contre les moustiques.



## GALE

C'est le *Sarcoptes Ccabiei* qui est le responsable de la gale humaine. La contamination se fait par contact direct avec un « galeux » ou par l'intermédiaire du linge ou de la literie contaminée. Provoque des démangeaisons nocturnes intenses au niveau des mains et des pieds.

✂ Le traitement utilise le Benzoate de benzyle en application au pinceau sur tout le corps, et laisser en contact 24 heures avant tout lavage.  
Désinfecter linge et literie, et si besoin traiter l'entourage.



Lesions cutanes



Le Sarcopte

## LES GRIPPES

La grippe saisonnière classique existe au Cambodge

Mais possibilité de :

### Grippe Aviaire a H5N1

Cette maladie touche essentiellement les volailles. Quelques rares cas de virus H5N1 au Cambodge dans la population locale. Le virus se transmet par voie aérienne (voie respiratoire), soit par contact direct, notamment avec les matières fécales et sécrétions respiratoires des animaux malades ( par l'intermédiaire des mains). Chez l'homme la maladie se traduit par l'apparition d'un syndrome grippal avec fièvre, des maux de gorge, des douleurs articulaires et musculaires, et des troubles respiratoires comme une toux.

Il faut conseiller au voyageur d'éviter les marchés avec des animaux vivants en particulier les volailles et les combats de coqs, et de consommer tous les aliments bien cuits. Se laver régulièrement les mains, éventuellement en période endémique porter un masque

### Grippe A a H1N1

On a déjà diagnostiqué de nombreux cas de Grippe A a virus H1N1 au Cambodge. Le Virus est transmis d'homme a homme aussi facilement que celui de la grippe normale saisonnière, et il peut se passer par les sécrétions nasales et buccales expulsées par la personne infectée, en éternuant ou en toussant, par inhalation par d'autres personnes. La contamination peut se faire aussi, au niveau des mains ou des surfaces par le contact avec des objets touché et donc contaminés par une personne malade.

La période d'incubation peut aller jusqu'à 7 jours.

C'est un syndrome grippal avec forte fièvre, toux, maux de tête, douleurs articulaires et musculaires, maux de gorge, écoulement nasal, et parfois vomissements et diarrhées.

Peut être soigné au domicile dans les formes bénignes ; le repos, les boissons abondantes, la prise d'antalgiques et d'antipyrétiques a base de paracétamol, la prise de vitamine C, sont suffisants.

✂ QUE FAIRE

Evitez d'être en contact proche avec une personne ayant des symptômes grippaux, et prenez les mesures suivantes ;

- évitez de toucher votre nez et votre bouche
- devant des symptômes grippaux : toux, rhinorrhée, portez un masque nez – bouche de protection
- lavez vous fréquemment les mains avec de l'eau et du savon et utilisez un gel hydro alcoolique désinfectant,
- évitez si possible votre présence au sein de réunion, manifestation, les transports en commun, ou la foule
- ouvrez largement et aérez votre espace de vie le plus souvent possible,
- gardez une bonne hygiène de vie, avec une activité physique et sportive régulière, une alimentation équilibré et riche en fruits et légumes.

La vaccination contre la grippe A a H1N1 est disponible

## LES HEPATITES

Le Cambodge est un pays a haut risque en matière de transmission des hépatites virales A, B, C et peut être d'autres.

L'hépatite A se transmet par les selles, l'eau, et les aliments souillés. Les conseils d'hygiène élémentaire peuvent vous prémunir contre cette maladie.

✂ Il existe un vaccin efficace et bien toléré

L'hépatite B, plus sévère, peut évoluer vers la chronicité avec risque de cirrhose ou de cancérisation du foie. La transmission se fait par voie sexuelle, ou sanguine (toxicomanie, tatouage, transfusion, utilisation de matériel médical souillé) et au nouveau né lors de l'accouchement d'une mère contaminée.

Le nombre de porteur de ce virus au Cambodge est estimé à 20%.

✂ Evitez de vous faire tatouer, percer les oreilles, ...utiliser du matériel médical stérile jetable, utilisez des préservatifs.

La vaccination efficace est conseillée.

L'hépatite C, sévère avec risque de chronicité, ayant la même évolution que l'hépatite B ; de nombreux cas au Cambodge. La contamination est essentiellement sanguine et peut être sexuelle.

✂ Précaution identique a l'hépatite B ; pas de vaccin a ce jour.

## LARVA MIGRANS CUTANEE (larbish, dermite rampante vermineuse)

Les lésions siègent le plus souvent aux pieds, parfois aux fesses, et aux seins et se traduisent par l'apparition de cordons serpigneux, mobiles et prurigineux, surtout nocturne, évoluant sur plusieurs semaines. Les larves sont surtout des ankylostomes de chien et de chat provenant des déjections de ces animaux.

Le pronostic est toujours bénin, mais nécessite un traitement local et par voie générale.

✂ Eviter de marcher pieds nus.



## MEDUSES

Les méduses se rencontrent dans les eaux chaudes du Golfe de Thaïlande (*Plages de Sihanoukville*). Elles piquent par l'intermédiaire de leurs filaments qui injectent un venin toxique, allergisant.

Les lésions sont le plus souvent bénignes, mais on peut observer parfois des réactions allergiques sévères ; ce qui impose de sortir rapidement de l'eau après toute piqure de méduse.

✂ Eviter les baignades en milieu infesté,

Si piqure ;

- . éviter de paniquer,
- . sortir de l'eau le plus vite possible, risque de malaise,
- . enlever les filaments sans provoquer de nouvelles lésions,
- . ne pas frotter à l'eau douce, mais avec de l'eau de mer chaude ou du vinaigre, frotter avec du sable,
- . consulter un médecin si lésions cutanées importantes et persistantes.

## LES MESURES D'HYGIENE et de PREVENTION EN MILIEU TROPICAL

Hygiène alimentaire ; prévention des diarrhées, hépatite A, amibiase, ...

- se laver souvent les mains ; avant et après les repas, après manipulation d'aliments, après passage aux toilettes,
- ne consommer que de l'eau en bouteille capsulée ou rendue potable par ébullition (1 minute à gros bouillons) ou filtration. Utiliser des petits glaçons évités (avec un trou, pas de glace cassée),
- peler vous même les fruits. Eviter les crudités, les coquillages, les plats réchauffés. Les viandes et les poissons d'eau douce (Mékong, rizière) doivent être bien cuits.

Hygiène corporelle et générale ; prévention des myases, larbush, anguillulose, bilharzioses, infections cutanées, ...

- éviter de marcher pieds nus sur les plages. Ne pas s'allonger à même le sable (risque de larbush).
- porter des chaussures fermées sur les sols boueux ou humides (risque d'anguillulose, d'ankylostome,....) ,
- ne pas marcher ou se baigner dans les eaux douces et stagnantes (risque de

bilharziose),

- ne pas caresser les animaux.
- éviter l'ensoleillement excessif (ombre, protection vestimentaire, crème anti-solaire,...)

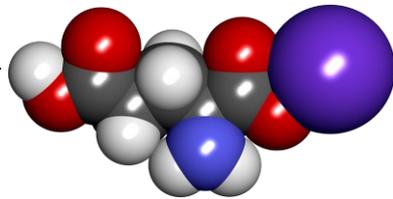
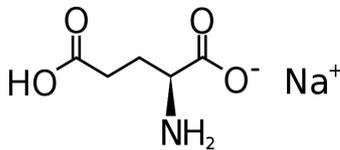
Prévention des risques ;

- secouer ses habits, ses draps, ses chaussures avant usage, (scorpions, araignées, ..)
- en zone de végétation : porter des chaussures fermées, un pantalon long et faire du bruit en marchant, et un casque colonial... pour les chutes de noix de coco !
- se renseigner localement sur les risques des baignades.
- dans les zones forestières, la présence de mines est encore possible. Renseignez-vous avant de vous hasarder dans la nature.

## MONOGLUTAMATE DE SODIUM – « BICHENG »

Produit chimique utilisé en grande quantité en Asie du Sud Est dans l'alimentation.

Provoque beaucoup de troubles ; malaise, céphalée, troubles digestifs, allergies, ... **A éviter+++.**



## MOUSTIQUES

Les moustiques sont vecteurs de nombreuses maladies parasitaires et virales. On distingue principalement 3 sortes de moustique transmettant chacun une maladie :

- l'*Anophèle*, transmettant le Paludisme, c'est la femelle qui pique surtout entre le coucher et le lever du soleil. On le rencontre dans les zones impaludées (se renseigner).
- l'*Aedes*, transmettant la Dengue, la Chikungunya piquant le jour, se trouve dans toutes les zones au Cambodge.
- le *Culex*, transmettant l'Encéphalite Japonaise, les Filarioses, piquent habituellement la nuit.

✂ La prévention passe par la protection contre les piqûres de moustiques.

Dès la tombée de la nuit jusqu'au jour, il est recommandé :

- . d'utiliser des produits répulsifs contre les moustiques (*Autan, Moustifluid, Insect Ecran, Mousticologne,...*) sur les parties découvertes du corps. Les produits à base de plantes, en particulier les huiles essentielles, rassurent l'imaginaire du consommateur. Les répulsifs cutanés sont contre-indiqués pour les femmes enceintes (utiliser l'huile de soja à 2%),
- . de porter des vêtements couvrant la peau le mieux possible,
- . d'utiliser des moustiquaires imprégnées de pyréthrianoïdes (la rémanence du produit est de six mois) et bien installée dans des chambres non protégées des moustiques,

. de faire usage d'insecticides en aérosol, vaporisation, plaquette, fumigène, .. contenant au moins 30% de DEET,  
. d'utiliser la climatisation, qui réduit l'agressivité des moustiques mais ne les empêchent pas de piquer  
Dans la journée, utiliser des répulsifs cutanés, se protéger en cas de sieste.

## MST (Maladie Sexuellement Transmissible)

L'exotisme, les vacances sont des périodes favorables à l'expression de la sexualité et à l'acquisition de nouvelles expériences; mais des souvenirs cuisants peuvent en être la conséquence. Le Cambodge est un pays à risque de MST.

Si certaines (blennorragie, morpions, gale, chlamydiae, mycoses, trichomonase, ...) sont facilement curables, et ne portent pas à trop de conséquences, d'autres (syphilis, herpes génital, hépatite virale B, infection à VIH) peuvent engager le pronostic fonctionnel, voire vital.

Toutes ces MST ont une épidémiologie commune, des modes communs de transmission et une prévention identique qui a défaut d'une abstinence sexuelle totale, difficile pour certains, passe obligatoirement par l'utilisation de préservatifs.

✂ Les préservatifs trouvés sur place ne répondent pas toujours aux normes de taille, de qualité et de sécurité internationale; il vous est conseillé de prendre avec vous votre provision. (Norme NF)

## NAVIGATION

Que se soit sur le Mékong ou en haute mer à Sihanoukville, la navigation fluviale et maritime est au risque et péril de l'utilisateur. Pas de consignes, ni moyens de sécurité à bord. Emporter avec vous votre gilet de sauvetage, si pas disponible à bord, et si vous désirez vous garantir.

Partez en balade avec de bons professionnels, il en existe

## LE PALUDISME

Le paludisme est une maladie parasitaire transmise par la femelle d'une certaine espèce de moustique ; l'*Anophèle*.

On distingue quatre espèces de *Plasmodium* ; *P. falciparum*, *P. vivax*, *P. ovale*, et *P. malariae*. On vient de confirmer l'émergence d'une cinquième espèce de *Plasmodium* ; *P. knowlesi*, pathogène pour l'homme, présent dans certains pays de l'Asie du Sud Est, sensible à tous les antipaludiques .

Le *Plasmodium falciparum* est l'espèce la plus répandue et la plus redoutable. Le paludisme est une maladie grave et mortelle si le diagnostic est tardif; le voyageur y est plus sensible que les autochtones.

Le Cambodge est classé en zone 3, c'est à dire qu'il y a une forte résistance du parasite à la chloroquine (*Nivaquine*®). Toutes les régions du Cambodge sont impaludées, sauf les plaines centrales le long du Tonle Sap, et la région de Phnom Penh.

Prévention du paludisme :

**Sans piqûre d'anophèle, pas de paludisme** ; la lutte contre les moustiques est donc la première ligne de défense dans la prévention du paludisme. Les anophèles femelles piquent habituellement entre le coucher et le lever du soleil : c'est pendant cette période que la protection doit être maximale (cf ; moustiques).

*Pour la visite des zones impaludées il est préférable de prendre un traitement antipaludéen (se renseigner avant votre départ). Ce traitement est variable en fonction de l'âge, des antécédents médicaux (avis médicalisé nécessaire).*

**Attitudes généralement retenues :**

- . pas de traitement ; si séjour limité a Phnom Penh, Sihanoukville (attention les îles sont impaludées) et Siem Reap
  - . Mefloquine (*Lariam*®), 1 comp 250mg par semaine chez l'adulte (adapter la posologie chez l'enfant), à commencer 8 jours avant le départ, et a poursuivre 3 semaines après votre retour (vérifier les contre-indications du produit).
  - . dans les régions de méfloquino-résistance (frontière thaïlondo-cambodgienne), et en cas d'intolérance ou de contre-indication a la méfloquine, la doxycycline (sous forme de monohydrate : *Doxypalu*®, *Granudoxy*®) peut être conseillée, au-delà de 8 ans et en l'absence de grossesse, à la dose de 100mg par jour, on conseille la prise le soir au cours du repas, au moins 1h avant le coucher, en débutant la veille du départ et en poursuivant 4 semaines après la sortie de la zone a risque. L'observance journalière est impérative compte tenu de la courte demi-vie de la doxycycline dans le sang.
  - . l'association Atovaquone et Chlorhydrate de proguanil (*Malarone*®) peut être indiquée dans la prévention du paludisme a *P. falciparum* a la dose de un comprimé par jour à heure fixe, réservé a l'adulte de plus de 40kg. Il existe une forme enfant (*Malarone Enfants*®) prescriptible a l'enfant de plus de 5kg.
- Le traitement sera débuté la veille, pendant la durée du séjour en zone d'endémie, et 7 jours après avoir quitté cette zone. A prendre avec un repas ou une boisson lactée.
- . Certains antipaludiques sont contre-indiqués pendant la grossesse. Il est impératif d'assurer et de poursuivre une contraception efficace dans un délai de 3 mois après la prise de méfloquine ou, d'une semaine après la dernière prise de doxycycline. Du fait de la résistance a la *Nivaquine*®, l'association *Nivaquine*®et *Paludrine*® ou, *Savarine*®, n'est que partiellement efficace dans la protection du paludisme. Mais ce traitement est le seul utilisable en pratique chez la femme enceinte.

**L'accès palustre :**

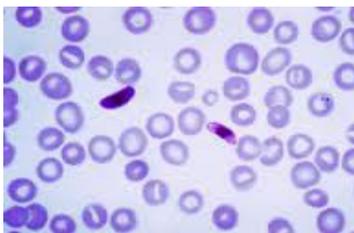
Il y a un délai minimum d'incubation du paludisme de 7 jours entre la piqûre contaminante et les premiers signes, le délai maximum d'incubation du paludisme a *P. falciparum* est de 2 ans, mais 95% des accès a *P. falciparum* surviennent dans les deux à trois mois après la piqûre.

La maladie se manifeste par des accès palustres caractérisés par 3 phases ;

- . frissons intenses pendant 2 a 3 heures,
- . fièvre à 39°-40° avec soif, nausées, courbatures et maux de tête pendant quelques heures,
- . sueurs abondantes.

Ces signes imposent de consulter un médecin rapidement.

**✂ Si des symptômes similaires apparaissent même trois mois après votre retour, informer votre médecin de votre séjour en zone tropicale a risque paludéen et faire en urgence un frottis sanguin et une goutte épaisse.**



Plasmodium Falciparum

## PHARMACIES

On trouve facilement certains médicaments, mais il faut se méfier de leur provenance et des risques de copies. [cf. adresses]

✂ Si vous avez un traitement régulier, nous vous conseillons de faire vos réserves.

## LA RAGE

La rage est une maladie virale mortelle, transmise à l'homme par la morsure ou le léchage d'un animal contaminé. Le chien est le principal réservoir du virus, mais tous les mammifères peuvent être atteints : chat, singe, cochon, chauve souris, ...). L'infection se transmet par la salive de l'animal.

La rage sévit de façon endémique au Cambodge, aussi bien en milieu rural qu'urbain. Toute morsure aussi bénigne soit elle, et même le léchage d'une plaie, une égratignure, doit faire redouter une contamination rabique et mettre en route une vaccination antirabique le plus rapidement possible (5 injections espacées sur un mois à J0, 3, 7, 14, 30).

Il faut éviter de caresser les animaux sauvages, apparemment dociles, les animaux errants et même les chiens et chats domestiques auxquels on n'est pas habitué.

Les personnes vaccinées préventivement, doivent en cas de morsure, recevoir une vaccination de rappel pour renforcer leur protection immunitaire.

### ✂ Conseils face à une morsure d'animal :

- .désinfecter la plaie,
- .antibiothérapie générale si souillure,
- .ne pas suturer la plaie, sauf plaie du visage pour question d'esthétique,
- .contrôler la vaccination antitétanique,
- . contacter votre médecin ou le Centre Antirabique de l'Institut Pasteur à Phnom Penh et débiter si nécessaire rapidement la vaccination antirabique curative.

Une vaccination préventive (pré-exposition) est possible, s'adressant aux personnes particulièrement exposées (vétérinaires, coopérant-en développement agricole, routards, ...).

## ROVE BEETLE ou PAEDERUS FUSCIPES CURTIS

Le PAEDERUS FUSCIPES CURTIS \* de la Famille des Coléoptère Staphylinide insecte très abondant au bord des rivières, présent au Cambodge (Tonle Sap, Mekong,..), produit une vésication intense lorsqu'il est écrasé sur la peau.

L'écrasement de ce Coléoptère sur la peau est suivi d'une période latente de plusieurs heures, au bout de laquelle apparaît une tache érythémateuse.

Les vésicules n'apparaissent que plusieurs heures après, en même temps que se manifeste une douleur cuisante (prurit et brûlure).

Les jours suivants, les vésicules augmentent et confluent, puis elles disparaissent peu à peu, et, après une semaine environ la peau se desquame, laissant une tache rouge qui peut persister longtemps



\*Responsable du Syndrome de la Lomechuse

## SIDA

Véritable fléau au Cambodge qui ne cesse de croître.

Le virus du VIH se transmet par le sang, le sperme, les sécrétions vaginales; souvent latent pendant des années, la maladie peut se manifester par des infections opportunistes qui évoluent rapidement du fait des faiblesses des défenses immunitaires.

A côté du problème de santé se greffe aussi un problème social et économique. On estime en effet que les pertes humaines dues aux effets du Sida pourraient coûter deux à trois milliards de dollars au Cambodge dans les prochaines années.

✘ La prévention passe par l'utilisation de matériel jetable, d'éviter les produits sanguins au Cambodge, et l'utilisation de préservatifs de qualité.

## SYNDROME PIEDS-MAIN-BOUCHE

Le syndrome pied main bouche est une infection virale (due à des [entérovirus](#) comme le virus [Coxsackie A16](#) et [A 71](#)), moyennement contagieuse, qui touche essentiellement les enfants de moins de 10 ans. Les épidémies sont fréquentes dans les crèches et les écoles en été et en début d'automne. La maladie dure généralement de 7 à 10 jours. D'évolution le plus souvent bénigne et plutôt commune, elle doit néanmoins être prise en compte car des complications neurologiques et cardio-pulmonaires (heureusement, très rares) peuvent survenir.

Après une période d'incubation de 5 à 7 jours, la maladie pieds-mains-bouche se

manifeste par de la fièvre, un mal de gorge (causé par des petits ulcères douloureux dans la bouche), une éruption cutanée (tâches rouges surmontées de petites vésicules) sur les mains et les pieds, les fesses parfois. Les symptômes durent généralement une semaine. La maladie passe parfois totalement inaperçue.

La maladie pieds-mains-bouche, se transmet de personne à personne par contact direct avec sécrétions nasales, salive, selles ou bien indirectement par un objet contaminé. L'enfant sera contagieux surtout pendant la phase aiguë mais le virus peut persister dans les selles jusqu'à 8 à 12 semaines.

✂ Une bonne hygiène de base est suffisante : lavez-vous toujours les mains après avoir mouché votre enfant, changé sa couche, après être allé aux toilettes et avant de préparer les repas. Lavez les jouets, objets ou surfaces qui ont été en contact avec la salive et les selles.

Ne crevez pas les ampoules, elles guériront plus facilement si vous n'y touchez pas. Certains enfants refusent de boire à cause de la douleur, voici donc quelques conseils pour éviter que votre enfant ne se déshydrate : donnez lui des glaçons à sucer, des crèmes glacées, des sorbets, des boissons froides. Évitez les aliments et boissons acides (jus d'oranges, sodas etc.), les aliments salés, épicés. Choisissez des aliments mous (yaourts etc.). Rincez lui la bouche à l'eau tiède après les repas.



## TENIASES

Parasitose intestinale, la contamination se fait par ingestion de viande crue, ou insuffisamment cuite, de bœuf (*Taenia Saginata*) ou de porc (*Taenia Solium*), forme la plus fréquente au Cambodge. Les troubles généraux ou digestifs provoqués sont variés. Le diagnostic se fait par la découverte occasionnelle lors d'un examen de selle ou par la présence d'anneaux dans les sous-vêtements ou dans les matières fécales. Un traitement d'un jour suffit à éliminer le parasite.

Risque de complication de Cysticercose fréquente par le *Taenia Solium*.

✂ Eviter de manger de la viande crue ou peu cuite.



E.T. , Tete du Taenia solium



Le corps du taenia

**TETANOS, DIPHTERIE, POLIO**

Ces maladies sont présentes au Cambodge

**✂ Contrôler et mettre à jour vos vaccination**

**LA TROUSSE PHARMACEUTIQUE**

Il n'existe pas de trousse pharmaceutique type. La composition de celle ci étant à adapter, mais nous vous conseillons ;

- ✂ mettre dans une boîte hermétique ;**
- . ciseaux a bout fin.....O
- . thermomètre incassable frontal ou digital.....O
- . gants jetables.....O
- . pince à épiler .....O
- . épingle à nourrice .....O
- . seringues et aiguilles stériles .....O
- . compresses stériles et petits pansements .....O
- . bande Velpeau .....O
- . sparadrap .....O
- . rondelles oculaires.....O
- . crème solaire « écran total » .....O
- . crème contre les brûlures .....O
- . crème antiseptique efficace (pas de mercurochrome) .....O
- . crème antiprurigineuse .....O
- . crème répulsive contre les moustiques .....O
- . antiseptique local ; chlorexidine, Bétadine® .....O
- . sérum physiologique oculaire en monodosettes ou Dacryo-sérum® .....O
- . gouttes auriculaires antalgiques : Otipax®.....O
- . antalgique-antipyrétique ; paracétamol ou ibuprofène .....O
- . antidiarrhéique .....O
- . antispasmodique .....O
- . antivomitif.....O
- . antihistaminique .....O
- . antipaludéens à usage préventif et curatif.....O

- . sel de réhydratation orale .....O
  - . produit pour désinfection des eaux de boisson .....O
  - . préservatifs .....O
  - . gel ou solution hydro alcoolique pour l'hygiène des mains.....O
  - . lampe de poche avec piles de rechange.....O
- Précautions ; ne pas laisser à la portée des enfants et, entreposer dans un endroit tempéré.*

## TUBERCULOSE

Forte endémicité au Cambodge, problème sanitaire majeur, qui se voit d'ailleurs amplifié par la progression du SIDA dans ce pays.

De nos jours nous disposons de traitements antituberculeux efficaces, mais commence à apparaître des foyers de résistance a certains antituberculeux.

✂ Il est conseillé de contrôler la vaccination par le BCG, surtout chez l'enfant et les jeunes adultes.

## TYPHOÏDE

Maladie très présente au Cambodge, la Fièvre Typhoïde est une infection bactérienne causée par *Salmonella Typhi*. La transmission est orale, main-bouche, par ingestion de boissons ou d'aliments contaminés (crudités, fruits de mer, ...)

Incubation de 7 a 15 jours

L'affection se manifeste par une fièvre élevée, une altération de l'état général, des troubles digestifs divers.

Le diagnostic rapide, et le traitement institué tôt, avec une antibiothérapie adaptée (beaucoup de résistances aux antibiotiques), permet une guérison rapide sans trop de séquelles.

✂ On conseillera la vaccination par vaccin Typhim Vi®, par voie injectable, tout en sachant que la couverture vaccinale n'est pas systématique.  
Les enfants peuvent être vaccinés à partir de deux ans.

## VACCINATION

Aucune vaccination n'est exigée a l'entrée au Cambodge, mais certaines sont conseillées pour des raisons médicales et préventives évidentes.

## TABLEAU DES VACCINATIONS CONSEILLÉES POUR LE CAMBODGE

VACCINS	MODALITE	DOSE	Chez l'enfant à partir d';	DATE
D.T.C.P.(diphthérie, tétanos,coqueluche,polio) + Hoemophil. Enfl. B :Hib	Prévention : J0, J30 , J60 et Rappel 1an, puis tous les 10ans	0,5 ml en S.C.	2 <sup>eme</sup> mois	
B.C.G. / Monovax	Dés que possible		1 <sup>er</sup> mois	
I.D.R. / Monotest	Contrôle pré et post vaccinal par B.C.G.			
R.O.R.(rougeole, oreillon, rubéole)	Une injection Rappel	En S.C. En S.C.	a partir du 9 <sup>eme</sup> mois entre 12 et 23 mois	
Hépatite A	Prévention : J0,J180. Rappel tous les 10ans.	1ml en I.M../adulte 0,5ml en I.M../enfant	après 1 an	
Hépatite B	Prévention : J0, J60, Rappel 12 mois + tard ,puis tous les 5 ans.	1ml en I.M./adulte 0,5ml en I .M../enfant	2 <sup>eme</sup> mois	
Encéphalite-Japonaise (souche Japon Biken)	Prévention : J0,J15. Rappel 1an ,puis tous les 4 ans	1ml en S.C. ( <u>ne pas associer a aucun autre vaccin</u> )	après 1 an	
Typhoïde	Prévention : injection tous les 3ans	0,5ml en I.M.	dés l'âge de 2 ans	
Rage	Prévention : J0,J7, J28.Rappel 1an puis tous les 5ans.	0,5ml en I.M.	pas de limite d'âge	
Papilloma Virus Humain (HPV)	Prévention : J0, 30 J180	1 ml en S.C.	pour les filles a partir de 14 ans	

**On peut trouver sur place les différents vaccins nécessaires.**

**La vaccination contre la fièvre jaune est inutile.**

**La vaccination anticholérique peut s'avérer nécessaire dans le futur ? (se renseigner).**

**En pratique, un délai d'un mois avant le voyage pour commencer à se faire vacciner est**

un minimum raisonnable.

## **PATHOLOGIES CONTRE-INDIQUANT UN VOL LONGUE DISTANCE**

- Angor instable
- Infarctus récent (moins d'un mois)
- Phlébite récente
- Insuffisance cardiaque, avec signes de décompensation cardiaque
- Embolie pulmonaire
- Tuberculose évolutive récente
- Otites aiguës, sinusites aiguës
- Drépanocytose avec thalassémie
- Anémie avec taux d'hémoglobine inférieur à 8g/l
- Grossesse de plus de 7 mois

Le système de climatisation des avions induit une très forte sécheresse de l'air, entraînant une sécheresse des muqueuses buccales et nasales. Le passager doit satisfaire ce besoin de boire par l'absorption de boissons hydriques (1 litre d'eau pour 4 heures de vol environ). Aussi le port de lentilles de contact oculaire doit être déconseillé.

Pression, déshydratation, position assise prolongée,... en vol tous ces phénomènes conjugués ont des conséquences directes sur la circulation veineuse.

### **✂ Le rappel de principaux conseils ;**

- . hydratation régulière (un verre d'eau toute les heures)
  - . le déplacement dans le couloir,
  - . le port de bas ou chaussettes de contention est fortement conseillé.
- peuvent prévenir nombre d'accidents dits du syndrome de la « *classe éco* », où confinement et déshydratation sont en cause.

Le décalage horaire, appelé plus souvent « jetlag » touche les voyageurs traversant plusieurs fuseaux horaires. Les principaux symptômes sont les suivants : difficultés d'endormissement, insomnies, somnolence diurne, troubles digestifs, irritabilité,...

### **✂ Afin de limiter les effets du « jetlag » quelques conseils ;**

- . régler sa montre sur l'heure du pays d'arrivée dès le début du vol,
- . exposition au soleil dès son arrivée sous protection de crèmes solaires,
- . les siestes et l'alcool sont à proscrire durant les 3 premiers jours,
- . il est possible d'avoir recours à un somnifère léger dans les premiers jours de séjour.

## US ET COUTUMES MEDICALES AU CAMBODGE

*Kos Chhal* , grattage sur le corps avec l'aide d'une pièce et d'huile du Baume du Tigre, pour faire sortir « l'air » du corps,

*Chop*, pose de ventouses sur le front et le dos, pour faire sortir le sang du corps,

*Chror bach*, massage musculaire énergique

*Orch*, pointes de feu au niveau de la gorge ( pour les angines), de l'ombilic (ulcère gastrique), des creux inguinaux (hernie),

*Chorn arak*, prières et incantations, pour chasser la maladie, et l'esprit du mal,

*Krou khmer*, médecin traditionnel

*Orb*, mélange d'herbes, de blanc de poulet, ...sous forme de cataplasme que l'on pose sur les fractures ouvertes, avec des attelles en bambou,

*Thnam chork*, tabac que l'on pose sur plaie hémorragique.

# ***ADRESSES UTILES***

## **A Phnom Penh :**

### **AMBASSADES & CONSULATS**

#### **Allemagne**

76-78 Rue 214 023 216 193

#### **Angleterre**

27-29 Rue 75 023 427 124

#### **Belgique**

Consulat 012 840 056

#### **Canada**

Rue 254 023 213 470

#### **France**

1Bd Monivong 023 430 020

### **HOPITAUX - CLINIQUES**



#### **Hopital Calmette**

2 Blvd Monivong, Phnom Penh , Cambodge

Contact : 023 426 948  
Fax : 023 724 892



#### **General Pediatric Hospital**

100 Blvd Confederation de Russie, Phnom Penh , Cambodge

Contact : 023 723 673



#### **Centre de Cardiologie**

3 Blvd Monivong, Phnom Penh , Cambodge

Contact : 023 430 768  
Urgence 012 232 948



#### **Naga Clinic ( International Medical Center )**

11 Street 254, Phnom Penh , Cambodge 24/24h, 7/7

Contact : 023 211 300  
011 811 175  
012 767 505  
Fax 023 221 300

Courriel: [nagaclinic@online.com.kh](mailto:nagaclinic@online.com.kh)  
[www.nagaclinic.com](http://www.nagaclinic.com)



#### **SOS International**

161 Street 151, Phnom Penh , Cambodge

Contact : 023 216 911

Courriel: [sos@online.com.kh](mailto:sos@online.com.kh)

-----

### **KINESITHERAPIE**



#### **JEAN CLAUDE DHUEZ**

29B Street 288, Phnom Penh , Cambodge

Contact :

012 802 725

Courriel: [amata.aroma@gmail.com](mailto:amata.aroma@gmail.com)

---

## DENTISTES



### **EUROPEAN DENTAL CLINIC**

160 Blvd Norodom, Phnom Penh , Cambodge

Contact :

023 211 363

- Dr Eric LEGUEN

012 893 174



### **DR LEO PHIV**

174 Street 130, Phnom Penh , Cambodge

Contact : Dr Leo PHIV

012 850 311



### **SOS DENTAL CLINIC**

161 Street 51, Phnom Penh , Cambodge

Contact :

023 216 911



### **PACHEM DENTAL CLINIC**

Blvd Norodom, Phnom Penh , Cambodge

Contact :

017 300 300

Courriel: [info@pachemental.com](mailto:info@pachemental.com)

[www.pachemental.com](http://www.pachemental.com)

---

## LABORATOIRE



### **Institut Pasteur**

5 Blvd Norodom, Phnom Penh , Cambodge

Contact :

023 368 036

Fax 023 427 163

---

## PHARMACIES



### **PHARMA@LINK**

@ Naga Clinic , 11St 254 , ouverte 24h/24, 7 jours /7

14 Street 432, Phnom Penh , Cambodge

20D Street 184, Phnom Penh , Cambodge

Contact:

023 726 296

Courriel: [infobt@pharmalink.com.kh](mailto:infobt@pharmalink.com.kh)



### **PHARMACIE DE LA GARE**

81 Blvd Monivong, Phnom Penh , Cambodge

Contact :

023 430 205



### **U CARE**

26-28 Blvd Sothearos, Phnom Penh, Cambodge

Contact : 023 222 499

---

### **Alcoliques anonymes**

20B Strett 286, Phnom Penh, Cambodge

Contact : 092 974 882  
012 222 179

[www.aaphnompenh.org](http://www.aaphnompenh.org)  
[www.aacambodia.org](http://www.aacambodia.org)

---

### **Drogués anonymes**

20B Strett 286, Phnom Penh, Cambodge

Contact : 012 990 937

---

## **OPTICIENS**

### **EYE CARE**

166 Blvd Norodom, Phnom Penh , Cambodge

Contact: 016 556 602

---

## **VETERINAIRE**

### **AGROVET**

Contact: 012 779 673 (24h/24)

### **A Siem Reap :**

#### **HOPITAUX - CLINIQUES**



### **Hopital Provincial**

Sivatha Street

Contact : 063 760 705

012 657 449



**Royal Angkor Hospital**

Route No 6

Contact :

063 761 888



**Angkor Hospital for children**

Rue Achar Mean

Contact :

063 963 409



**Naga Healthcare**

660 Rue Hup Guan,, derrière le Marché Central

Contact :

092 793 180

Fax : 023 724 892

[nagahealthcare@yahoo.com](mailto:nagahealthcare@yahoo.com)

[www.nagahealthcare.com](http://www.nagahealthcare.com)

-----  
**LABORATOIRE**



**Biomed**

Contact :

023 368 036

-----  
**PHARMACIES**



**Angkor Thom Pharmacie**

Sivatha Street

Contact:

012 971 309

***SITES INTERNETS UTILES***

[www.sante-sports.gouv.fr](http://www.sante-sports.gouv.fr)

[www.invs.sante.fr](http://www.invs.sante.fr) (Institut de veille sanitaire)

[www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs\\_909/index.html](http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs_909/index.html)

[www.grippeaviaire.fr](http://www.grippeaviaire.fr)

[www.hcsp.fr](http://www.hcsp.fr) (Haut Conseil de la Santé Publique)

[www.who.int](http://www.who.int) (OMS)

[www.pasteur-kh.org](http://www.pasteur-kh.org) ( Institut Pasteur du Cambodge)

[www.nagaclinic.com](http://www.nagaclinic.com) ( Clinique médicale)

[www.nagahealthcare.com](http://www.nagahealthcare.com) ( Clinique médicale)

[www.cfcambodge.org](http://www.cfcambodge.org) ( Chambre de Commerce Franco-Cambodgienne)

[www.missioneco.org/cambodge](http://www.missioneco.org/cambodge) ( Mission économique au Cambodge)

[www.ambafrance-kh.org](http://www.ambafrance-kh.org) (Ambassade de France au cambodge)

[www.yellowpages-cambodia.com](http://www.yellowpages-cambodia.com) ( Pages jaunes Cambodge)

[www.aefcambodge.org](http://www.aefcambodge.org) ( Association Entraide Français résidents au Cambodge)