

Bref résumé des aspects clés

- De préférence, seules les personnes en bonne santé devraient participer aux pèlerinages du Hajj ou de l'Oumra.
- Les vaccins de routine doivent être à jour. Le vaccin contre le méningocoque (A, C, W135, Y) est obligatoire, tandis que la vaccination contre l'hépatite A et B, la polio, la COVID-19 et la grippe est recommandée.
- Respectez les règles d'hygiène en matière de nourriture, d'eau et de lavage des mains, et portez un masque dans les lieux bondés.

Les pèlerinages sont un aspect très important de la vie de nombreuses personnes. Toutefois, à l'instar de tous les rassemblements internationaux de masse, les pèlerinages comportent des risques pour la santé et nécessitent une préparation. Le Hajj est physiquement épuisant. Il est recommandé de demander l'avis d'un médecin en cas de maladies chroniques. Le royaume d'Arabie saoudite conseille aux personnes âgées et gravement malades, aux femmes enceintes et aux enfants de reporter ou de ne pas entreprendre le Hajj et la Oumra.

Avant le départ

Consultez la mise à jour des conditions sanitaires, vaccinales et d'entrée, ainsi que les recommandations générales auprès des institutions suivantes:

- Ministère de la Santé d'Arabie Saoudite (www.moh.gov.sa),
- Ministère du Hajj, royaume d'Arabie Saoudite (www.hajjinformation.com), et
- L'ambassade du royaume d'Arabie saoudite (www.saudiembassy.net/hajj-and-umrah-health-requirements).

Assurez-vous d'avoir une couverture d'assurance internationale suffisante.

Vaccination (voir aussi [Références](#))

- Tous les pèlerins doivent être complètement immunisés pour les vaccinations de routine (diphtérie, tétanos, coqueluche, polio, rougeole, oreillons, rubéole, varicelle) (voir le [calendrier des vaccinations en Suisse](#)).
- **Méningite à méningocoques (A, C, W135, Y)**: Les adultes et les enfants âgés de plus de 1 an doivent avoir reçu un vaccin méningococcique conjugué quadrivalent (ACWY) au cours des cinq dernières années et au moins 10 jours avant l'arrivée à destination. Il est **obligatoire** de fournir une preuve de **vaccination** sur un certificat de vaccination international valide pour obtenir le visa pour le Hajj ou la Oumra.
- **Hépatite A**: la vaccination contre l'hépatite A est recommandée pour tous les pèlerins et voyageurs.
- **Poliomyélite**:
 - Pour les personnes se rendant en Arabie saoudite directement depuis la Suisse, les vaccinations de rappel suivantes sont recommandées à tous les pèlerins après avoir terminé la vaccination de base conformément au plan de vaccination suisse:
 - voyageurs immunocompétents <65 ans: tous les 20 ans
 - voyageurs immunocompétents ≥65 ans: tous les 10 ans
 - voyageurs immunodéficients: tous les 10 ans
 - Les personnes qui transitent par un pays où des cas de polio ont été signalés doivent apporter la preuve qu'elles ont été vaccinées contre la polio à leur arrivée en Arabie saoudite : dans ce cas, le vaccin antipoliomyélitique inactivé (VPI) doit avoir été administré dans les 12 mois et au moins 4 semaines avant l'entrée en Arabie saoudite. Si le vaccin VPI n'est pas disponible, le vaccin antipoliomyélitique oral (VPO) avec au moins une dose est acceptée s'il a été administré au cours des 6 derniers mois et au moins 4 semaines avant l'entrée en Arabie saoudite. En l'absence de preuve lors de l'entrée en Arabie saoudite, une vaccination avec un vaccin antipoliomyélitique oral (VPO) sera administrée.
- **Hépatite B**: Une fois le Hajj terminé, les hommes musulmans ont coutume de se raser la tête. Il est recommandé d'utiliser des lames de rasoir jetables. Afin d'éviter toute infection par des agents pathogènes transmissibles par le sang, tels que l'hépatite B, il est recommandé de ne se rendre que chez des coiffeurs officiels agréés, dont l'établissement est clairement signalé comme tel. Il est recommandé de se faire vacciner contre l'hépatite B.

- **COVID-19:** selon le Royaume d'Arabie saoudite, il est recommandé à tous les pèlerins ≥ 12 ans de compléter une vaccination contre la COVID-19 avec un vaccin autorisé en Arabie saoudite et de recevoir une dose du vaccin mis à jour en 2024.
- **Grippe:** Les grands rassemblements favorisant les risques d'infection, la vaccination est particulièrement recommandée pour les enfants en bas âge, les femmes enceintes, les personnes âgées et les personnes atteintes de maladies chroniques.
- La **vaccination contre la fièvre jaune** est **obligatoire** pour les personnes qui entrent en Arabie saoudite provenant de pays ou de zones présentant un risque de fièvre jaune (voir l'annexe 2 du [document KSA](#)).
- Pour d'autres vaccinations selon le risque: voir la page du pays Arabie saoudite sur www.healthytravel.ch.

Menstruations

Selon le droit musulman, il est interdit aux femmes en période de menstruation d'accomplir le *tawaf*. Ainsi, il peut être envisagé de consulter un gynécologue avant le pèlerinage pour reporter ou éviter ses menstruations.

Pendant le Hajj

- **La chaleur:** Pendant la période estivale, les températures diurnes peuvent atteindre les 50 °C et provoquer des maladies liées à la chaleur. Évitez une exposition excessive au soleil à l'aide d'ombrelles et en recherchant l'ombre, utilisez de la crème solaire et restez bien hydraté.
- **L'hygiène:** Veillez à une hygiène des aliments, de l'eau et des mains optimale : lavez au savon et désinfectez les mains, évitez les aliments crus ou pas assez cuits, le lait non pasteurisé, ou l'eau du robinet. Veillez à votre hygiène respiratoire en portant un masque et en gardant vos distances avec les autres pèlerins, dans la mesure du possible, pour réduire le risque d'infections respiratoires telles que la tuberculose, la COVID-19, le MERS (syndrome respiratoire du Moyen-Orient) et la grippe.
- **Diarrhée:** Veillez à vous réhydrater rapidement et suffisamment. Ayez des solutés de réhydratation orale (SRO) à portée de main. En cas de diarrhées ou de vomissements graves avec incapacité à vous réhydrater, consultez un médecin.
- **Rage:** En cas de morsure par un animal, nettoyez la plaie avec du savon, désinfectez-la et consultez immédiatement un médecin pour recevoir une prophylaxie post-exposition contre la rage.
- **Moustiques:** Prenez les mesures nécessaires pour éviter les piqûres de moustiques, en particulier pendant la journée, afin de prévenir des infections telles que la fièvre dengue.
- Le **MERS-CoV** est une infection virale présente dans la péninsule arabique susceptible de provoquer une infection pulmonaire grave. Le mode de transmission n'a pas été clairement établi. Le virus peut se transmettre entre humains ou lors d'un contact rapproché avec des chameaux ou des produits dérivés (p.ex., le lait). À ce jour, en raison du risque élevé d'infection par le MERS-CoV, il est déconseillé aux personnes suivantes de se rendre en pèlerinage: les personnes âgées de plus de 65 ans, les personnes atteintes de maladies chroniques (p.ex., diabète, immunodéficience, cancer, maladies cardiaques, rénales ou pulmonaires), les femmes enceintes et les enfants.
- **Soins médicaux:** De nombreux établissements médicaux offrent des soins gratuits aux pèlerins. Il existe également des hôpitaux privés payants.

Après le Hajj

Consultez un médecin en cas de fièvre, de symptômes respiratoires ou digestifs, ou de tout autre problème de santé.

Références:

- Ministry of Health of Saudi Arabia: Health Requirements and Recommendations for Travelers to Saudi Arabia for Hajj – 1445H (2024): https://www.moh.gov.sa/HealthAwareness/Pilgrims_Health/Documents/Haji-Health-Requirements-English-language.pdf
- Ministry of Health of Saudi Arabia: Hajj Vaccinations 1445: Vaccinations for Pilgrims Coming from Outside the Kingdom: https://www.moh.gov.sa/en/HealthAwareness/Pilgrims_Health/Approved-Vaccines/Pages/Outside-the-Kingdom.aspx