

- Votre couverture sociale est prise en charge d'une part par la caisse de sécurité sociale de Mayotte à laquelle vous devrez vous assurer d'être affiliés au plus tôt après votre arrivée puis celle de votre famille (par le trésorier du RSMA), et d'autre part, par l'une des quatre mutuelles que vous avez choisies.
- Pour vous faire rembourser, vous devrez donc expédier à la caisse de sécurité sociale de Mayotte :
  - la feuille de soins du médecin s'il ne prend pas la carte vitale ou si vous ne détenez pas encore l'attestation de sécurité sociale.
  - la feuille de soins du pharmacien avec les vignettes des médicaments si vous ne détenez pas encore l'attestation de sécurité sociale.
- La caisse de sécurité sociale de Mayotte procède au remboursement de sa partie par virement bancaire et vous expédie le décompte détaillé des versements effectués.
- Depuis janvier 2011, la caisse de sécurité sociale expédie son décompte à la mutuelle pour obtenir le remboursement de la partie complémentaire.
- La CNMSS prend en charge les frais inhérents à un accident de travail pour les militaires. A ce titre, lors d'un accident du travail, il est impératif que le militaire consulte à l'antenne médical du RSMA et rédige un compte rendu circonstancié afin d'être inscrit au registre de constations et de se voir délivrer une DAPIAS qui le dispensera d'avancer les frais de santé auprès des professionnels (qui seront directement payés par la CNMSS).



### LES STRUCTURES DE SOINS CIVILES

- L'île possède un centre hospitalier à Mamoudzou. Il dispose d'une maternité, de services de chirurgie, de psychiatrie, de pédiatrie, d'ophtalmologie, d'ORL, de médecine, de kinésithérapie, de gynécologie obstétrique, de chirurgie et d'un service de radiologie équipé d'un scanner, d'échographes et d'un IRM ainsi qu'un laboratoire d'analyse. Le service des urgences est opérationnel 24/24 h. Un SAMU (centre 15 + véhicules SMUR) y est basé. La caserne de pompiers intervenant pour les premiers secours à Combani se situe à Kahani, à 10 minutes de Combani.
- Plusieurs laboratoires d'analyse médicale et un centre de radiologie privé se trouvent à Mamoudzou également.
- A Kahani (5 km de Combani), il existe un centre médical assurant un service de consultation externe 24h/24, une maternité et une pharmacie d'urgence.
- A Combani, il y a un cabinet médical où exercent un médecin, une infirmière et une sage-femme. Par ailleurs, dans le village, il y a des kinésithérapeutes, des infirmiers et un pharmacien.
- Dans la plupart des communes existent des centres de santé où exercent des médecins salariés et où les médicaments sont délivrés ainsi que des centres de protection maternelle et infantile (PMI) pour les femmes enceintes et les jeunes enfants.
- Il y a quelques cabinets de médecins libéraux généralistes, essentiellement à Mamoudzou.
- Parmi les spécialités libérales présentes en permanence sur Mayotte on trouve l'ophtalmologie, la gynécologie-obstétrique, la psychiatrie, la pédiatrie, le dentaire, la biologie, la radiologie, orthophonie, psychothérapeute.
- Vétérinaires : Cabinet Vétérinaire Démon /Shuler à Cavani, Cabinet Vétérinaire du Centre à Combani.
- En conclusion, Mayotte ne dispose pas de toutes les spécialités, et dans ce cas bien précis, l'assurance rapatriement est vivement conseillée pour toute nécessité de consultation d'un spécialiste à la réunion. Il faut se rapprocher de votre mutuelle afin de vous assurer que vous possédez cette garantie. En cas de nécessité de prise en charge en urgence dans un domaine non représenté par un spécialiste à Mayotte (neuro-chirurgie, chirurgie ophtalmologique...) les évacuations sanitaires se font vers la Réunion ou vers la métropole.
- Il est conseillé de faire un bilan chez le dentiste avant de venir à Mayotte.

### LES STRUCTURES DE SOINS DU RSMA

- L'équipe de l'antenne médicale du RSMA-Mayotte se compose de 2 médecins et de 2 infirmiers aidés d'un auxiliaire sanitaire et de 2 volontaires techniciens.
- Les familles peuvent consulter sur rendez-vous le lundi, mardi et jeudi après-midi, lors des autres créneaux impartis aux cadres et aux volontaires en cas d'urgence. En dehors des heures de service, le militaire et sa famille doivent consulter dans le civil.
- L'antenne médicale dispose aussi de matériels de première urgence (oxygène, défibrillateur, respirateur, électrocardiogramme...).



### **LES RISQUES SANITAIRES INFECTIEUX À MAYOTTE**

- Le Paludisme, la Dengue et le Chikungunya sont une réalité à Mayotte et sont des maladies dangereuses, potentiellement mortelles. Une information « paludisme et dengue » sera dispensée à votre arrivée sur le territoire. Les services de veille épidémiologique (ARS) observent une résurgence du paludisme (19 cas en 2017). Il est conseillé de venir à Mayotte avec des moyens efficaces de protection contre les piqûres d'insecte :
  - insecticide de type « barrage aux insectes »,
  - répulsif cutané en particulier adapté aux enfants (seuls certains sont recommandés pour les femmes enceintes et pour les enfants de 3 mois à 12 ans : prendre conseil auprès d'un pharmacien),
  - moustiquaires de préférence imprégnées pour le couchage de tous les membres de la famille,
  - vêtements légers et longs.
  - diffuseurs électriques...

La chimio prophylaxie anti-palustre n'est plus obligatoire à Mayotte.

Dans tous les cas, toute fièvre doit amener le patient à consulter un médecin.

- Le SIDA existe à Mayotte et toutes les maladies sexuellement transmissibles y sont fréquentes. Une information détaillée et des moyens de prévention (préservatifs) sont à la disposition de chacun au cabinet médical.
- L'eau du robinet est potable à Mayotte. Certaines structures de restauration rapide (brochettis...) ne respectent pas les normes d'hygiène obligatoires pour la restauration et peuvent être pourvoyeuses d'infection alimentaire.
- Compte tenu de la température et de l'humidité, les plaies s'infectent très vite, y compris les petits poils incarnés et donnent rapidement des abcès.

### **FAUNE**

- La faune terrestre : il n'y a pas d'animaux dangereux sur l'île (serpents venimeux, scorpions, ...). Les lémurins (makis) sont inoffensifs, les chauves-souris (roussettes) sont frugivores. Le seul arthropode nuisible est le scolopendre (ou myriapode) qui occasionne une morsure douloureuse mais ne met pas en danger la vie de sa victime....
- La faune marine : certains poissons peuvent, s'ils sont dérangés, se montrer agressifs, tels les balistes ou les murènes dont les morsures doivent toujours être bien traitées. Les poissons venimeux (poissons-scorpions, rascasses, certaines raies) peuvent entraîner la noyade soit par une perte de connaissance, soit par une réaction de panique que peut provoquer leur piqûre. Leur contact n'est qu'accidentel : savoir les reconnaître fait partie de la formation d'un plongeur !
- Remarque : les poissons du lagon peuvent être consommés car ils ne présentent aucun danger d'intoxication en particulier par la Ciguatera (portant le nom local de «gratte» dans d'autres lagons). En revanche, il faut rester vigilant sur les conditions de conservation du poisson acheté (qui doit rester à max 2°C !!!).

### **LES RISQUES LIÉS AUX LOISIRS**

- La plongée sous-marine, autonome ou en apnée, est un sport très exigeant en matière de sécurité. Que vous soyez débutant ou chevronné, restez modeste. Un certificat médical sera obligatoire si vous souhaitez passer un niveau de plongée. Les médecins de l'antenne médicale ne sont habilités à délivrer que des aptitudes médicales pour effectuer des plongées en niveau I (max 20m). Il est conseillé à ceux qui souhaiteraient plonger au-

delà de 20m de se munir d'un certificat médical délivré par un spécialiste en médecine hyperbare (spécialité peu représentée à Mayotte)

- Pour éviter le redoutable coup de chaleur quelques précautions sont indispensables :
  - laissez le temps à votre organisme de s'adapter au climat,
  - évitez la pratique sportive intensive dans le mois qui suit votre arrivée à Mayotte et pendant les heures chaudes, buvez sans retenue... avant d'avoir soif !
  - ne soyez jamais seul lors de la pratique sportive.
- Farniente au soleil : attention au soleil car au niveau de l'équateur, les rayons UV sont plus puissants. Une crème d'indice de protection élevé est conseillée et à renouveler plusieurs fois par jour. Cette mesure simple est essentielle chez les enfants ; les nourrissons ne devraient pas être exposés. Les enfants qui jouent sur la plage doivent porter tee-shirt (lycra,...), casquettes, et lunettes de soleil certifiées anti-UV au minimum de niveau 3.



### VACCINATION

Soyez à jour de vos vaccinations (famille également). Il faut être à jour de ses vaccins contre la diphtérie, le tétanos et la poliomyélite. Le vaccin contre la fièvre jaune obligatoire pour le militaire, ne l'est pas pour sa famille sauf si un voyage en Afrique est prévu. Aucun vaccin particulier n'est exigé à Mayotte mais il est recommandé d'être vacciné contre la typhoïde, la méningite et les hépatites A et B.

S'il l'est pour le militaire, le carnet international de vaccination n'est pas obligatoire pour les familles. Par contre, étant obligatoire pour les séjours dans les pays où sévit cette maladie (Afrique inter tropicale), il est souhaitable d'en posséder un si vous envisagez des voyages à partir de Mayotte dans un de ces pays. Ces carnets sont délivrés par les « centres de vaccination anti amarile » (fièvre jaune) agréés.

La prévalence de la tuberculose à Mayotte rend souhaitable la vaccination par le BCG des jeunes enfants de moins de 5 ans. Elle peut être exigée lors de la rentrée en crèche ou à l'école en fonction des établissements. Elle ne pourra pas être réalisée à l'infirmerie du BSMA.

### A EMPORTER

- Radiographies et dossiers médicaux pour les problèmes latents ou passés,
- Anciennes ordonnances
- Livret médical réduit pour le militaire (obligatoire ++++),
- Carnet de vaccination international pour toute la famille.
- Livret médical pour les enfants et récapitulatif santé personnel pour les conjoints (antécédents, traitements, suivi). Les personnels ayant (eu) des problèmes de santé ou entrant dans un programme de dépistage (mammographie et échographie mammaire pour les femmes, examen des selles si antécédent familial de cancer du côlon etc...) devraient réaliser un bilan médical (consultation spécialisée et examens complémentaires) avant leur venue à Mayotte. A fortiori il est préférable de ne pas laisser un souci de santé en suspens, voire d'anticiper tout besoin sur place (bon état bucco-dentaire, verres correcteurs à jour...)

