

GÉNÉRALITÉS

Votre couverture sociale est prise en charge d'une part par la caisse de sécurité sociale de Mayotte, à laquelle vous serez affiliés dès votre arrivée (par le trésorier), et d'autre part par la Mutuelle.

Pour vous faire rembourser de vos dépenses santé, vous devrez 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 afin d'obtenir le remboursement de la partie complémentaire.

Attention, c'est toujours la CNMSS et non la CSSM qui 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 médicale du RSMA muni de son rapport circonstancié, afin d'être inscrit au registre des constatations et 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'analyses. Cependant, certaines spécialités ne sont représentées que temporairement, les médecins spécialistes étant souvent uniquement de passage à Mayotte. L'offre de soins est donc très variable d'une période à une autre.
- Mayotte ne disposant pas de toutes les spécialités, l'assurance rapatriement est plus que vivement conseillée en cas de nécessité de consultation auprès d'un spécialiste à la Réunion. Il faut vous rapprocher de votre assurance (AGPM...) afin de vous assurer que vous possédiez cette garantie. En cas d'urgence de prise en charge dans un domaine non représenté par un spécialiste à Mayotte (neurochirurgie, chirurgie ophtalmologique, certaines chirurgies orthopédiques...), les évacuations sanitaires se font vers la Réunion. Elles sont alors prises en charge par la CSSM. Dans tous les cas, il est vivement déconseillé à toute personne ayant un problème de santé nécessitant un suivi spécialisé (suivi post-chimiothérapie, pathologie orthopédique spécifique, suivi urologique, suivi rhumatologique, suivi endocrinologique, suivi allergologique, suivi pneumologique,...) de venir séjourner à Mayotte. En cas de doute, vous pouvez joindre un médecin de l'AM du RSMA avant le départ, qui pourra vous indiquer si une prise en charge à Mayotte est possible pour un problème de santé, en particulier chez un membre de la famille.
- Le service des urgences du CHM 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.
- Un laboratoire d'analyses 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, un service dentaire et une pharmacie d'urgence.
- A Combani, se trouve un cabinet médical où exercent un médecin généraliste, une infirmière et trois sage-femmes. Dans le village, se trouvent également un cabinet de kinésithérapie et une pharmacie. Les deux cabinets dentaires les plus proches se trouvent dans le centre de Combani et à Chiconi.
- Dans les communes de Dzoumogné, Mramadoudou, Mamoudzou et Pamandzi, se trouvent également des dispensaires où exercent des médecins et dentistes salariés. Des centres de protection maternelle et infantile (PMI) existent aussi pour les femmes enceintes et les jeunes enfants, mais sont peu opérationnels, faute de personnel.
- Il y a quelques cabinets de médecins libéraux généralistes, essentiellement aux alentours de Mamoudzou.
- Vétérinaires : Cabinet Vétérinaire Démon/Shuler à Cavani, Cabinet Vétérinaire du Centre à Combani.

LES STRUCTURES DE SOINS DU RSMA

- L'équipe de l'antenne médicale du RSMA-May 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 les lundis, mardis et jeudis après-midi, éventuellement lors des autres créneaux impartis aux cadres et aux volontaires en cas

d'urgence, et toujours en fonction des disponibilités de planning. En dehors des heures de service, le militaire et sa famille doivent consulter dans le civil (cabinet médical de Combani, dispensaire de Kahani, CHM).

- Le service médical assure une astreinte médico-administrative dédiée au personnel, aux stagiaires et cadres, présents sur le régiment. Elle est tenue par un des médecins, un des infirmiers ou l'auxiliaire sanitaire. En heures non ouvrables, c'est au cadre de permanence de contacter l'astreinte s'il le juge nécessaire. Des conseils en termes d'orientation de prise en charge (consultation à l'infirmerie, aux urgences du CHM, au dispensaire de Kahani, appel du SAMU) lui seront délivrés. L'astreinte peut se déplacer au régiment dans l'heure si nécessaire, mais n'a pas vocation à remplacer les structures de prise en charge civiles en urgence.



LES RISQUES SANITAIRES INFECTIEUX À MAYOTTE

- Certaines maladies tropicales dangereuses et potentiellement mortelles comme la tuberculose, la fièvre de la vallée du Rift ou la lèpre sont présentes à Mayotte, voire en forte augmentation ces dernières années en ce qui concerne la dengue. Une information spécifique vous sera dispensée à votre arrivée sur le territoire.
- Il est conseillé de venir à Mayotte avec des moyens efficaces de protection contre les piqûres d'insecte :
 - insecticides de type « barrage aux insectes »,
 - répulsifs cutanés en particulier adaptés 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 CNMSS prend en charge les répulsifs cutanés pour les militaires et leurs familles mutés à Mayotte, à raison d'un flacon par membre de la famille et par mois pendant 3 mois : envoyer l'OMI, la facture ainsi qu'une ordonnance médicale à la CNMSS avant départ à Mayotte.
 - La chimio prophylaxie anti-palustre n'est plus obligatoire, mais les mesures de protection mécaniques doivent être appliquées de manière rigoureuse. Toute fièvre doit amener le patient à consulter un médecin.
- Le SIDA existe à Mayotte, et toutes les maladies sexuellement transmissibles y sont fréquentes (syphilis, gonocoque, chlamydia, herpès...). Une information détaillée vous sera également apportée à votre arrivée.
- L'eau du robinet est potable à Mayotte. Cependant, certaines structures de restauration rapide (brochettis...) ne respectent pas les normes d'hygiène obligatoires pour la restauration et peuvent être pourvoyeuses d'infections alimentaires : boire de l'eau embouteillée dans les snacks. De plus, la leptospirose, une maladie transmise par les urines de rats, incite à ne pas boire à la cannette afin d'éviter toute transmission.
- Compte tenu de la température et de l'humidité, les plaies s'infectent très vite, y compris les petits poils incarnés, et peuvent s'aggraver rapidement en abcès. L'hygiène corporelle doit être irréprochable, le rasage doit être limité à la barbe.
- La vaccination triennale contre la grippe reste obligatoire, y compris en outre-mer. Conformément aux dernières données épidémiologiques, le vaccin délivré à Mayotte est identique à celui de la métropole.
- Actuellement, la Covid19 sévit particulièrement à Mayotte alors que les structures sanitaires ne sont pas dimensionnées pour une épidémie de cette ampleur. Il est fortement déconseillé aux personnes vulnérables ou à risque d'infection sévère à la Covid19 de se rendre sur le département. Les mesures barrières doivent être rigoureusement appliquées. Une information détaillée vous sera délivrée à votre arrivée, en fonction de l'évolution de l'épidémie.

FAUNE

- La faune terrestre: il n'y a pas d'animaux dangereux sur l'île (serpents venimeux, scorpions,...). Les lémuriens (makis) sont inoffensifs, les chauves-souris (roussettes) sont frugivores. Le seul arthropode nuisible est le scolopendre (ou myriapode), qui occasionne une morsure très douloureuse mais ne met pas en danger la vie de sa victime, sauf cas rarissime de réaction allergique grave. Attention également à certaines chenilles velues qui sont très allergisantes.



- 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 perte de connaissance, soit par la 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 (pas de Ciguatera, nom local de « gratte » dans d'autres lagons, à Mayotte). 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. Il est conseillé à ceux qui souhaiteraient plonger au-delà de 20 m de se munir d'un certificat médical délivré par un spécialiste en médecine hyperbare.
- 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 car au niveau de l'équateur, les rayons UV sont plus puissants. L'idéal est le lycra pour tous. Une crème d'indice de protection élevé est fortement conseillée et à renouveler plusieurs fois par jour. Cette mesure simple est essentielle chez les enfants; les nourrissons ne doivent pas être exposés. Les enfants qui jouent sur la plage doivent porter tee-shirt anti-UV.

VACCINATIONS

Soyez à jour de vos vaccinations (famille également) : la visite de départ outre-mer doit être réalisée par tous les militaires et suffisamment en amont de la date de départ en cas de nécessité d'examens complémentaires. Une mise à jour obligatoire du statut vaccinal sera réalisée pour la diphtérie, le tétanos, la poliomyélite, la rougeole, les oreillons, la rubéole, la typhoïde, l'hépatite A et la méningite. Pour les familles, aucun vaccin particulier n'est exigé à Mayotte en dehors des vaccins obligatoires selon les recommandations civiles, mais il est recommandé d'être à jour contre la typhoïde, la méningite et les hépatites A et B.

Le vaccin contre la fièvre jaune est obligatoire pour le militaire, qui doit être en possession de son carnet international de vaccination.

Cette vaccination étant obligatoire pour tout séjour dans les pays où sévit cette maladie (Afrique inter tropicale), il est souhaitable que les familles soient également à jour 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. L'AM du RSMA ne réalise pas ce vaccin.

La prévalence de la tuberculose à Mayotte rend obligatoire la vaccination par le BCG des enfants de moins de 15 ans. Elle sera 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 RSMA. Le BCG peut être fait dans les PMI en métropole en expliquant le prochain départ en séjour pour Mayotte.

Plus d'info sur le BCG :

<https://vaccination-info-service.fr/Les-maladies-et-leurs-vaccins/Tuberculose-BCG>

A EMPORTER

- radiographies et dossiers médicaux pour des problèmes latents ou passés,
- anciennes ordonnances,
- livret médical réduit pour le militaire,
- carnet de vaccination international pour toute la famille,
- carnet de santé pour les enfants et récapitulatif santé pour les conjoints (antécédents, traitements, suivi) à demander auprès du médecin traitant avant départ. Le personnel 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, examen de la prostate 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...)



Moustique, quand tu nous piques

- **Protection contre les piqûres**
- **Protection du domicile et de l'environnement**
- **Protection contre certaines maladies**

Sous les tropiques, attention aux moustiques !



Les moustiques peuvent être les vecteurs de nombreuses maladies infectieuses. Il est donc essentiel que j'applique des mesures de prévention pour ma santé.

Je me protège des piqûres

- En portant des vêtements amples et couvrants de couleur claire, de préférence, imprégnés d'insecticide pour tissu ;
- En appliquant un produit répulsif cutané sauf pour mon enfant s'il est âgé de moins de 6 mois ;
- En dormant sous une moustiquaire imprégnée d'insecticide à longue durée d'action ;
- En utilisant des aérosols et insecticides à diffusion continue sous forme de plaquettes chauffantes ou sous forme de diffuseurs électriques pour l'intérieur et des serpentins fumigènes réservés à l'usage extérieur.



▲ **je demande conseil à mon médecin ou mon pharmacien pour mon enfant, en cas de grossesse ou d'allaitement ;**

▲ **j'utilise un produit comprenant en bonne proportion une des substances mentionnées sur la liste publiée par «Santé publique France» ;**

▲ **j'applique et je renouvelle le produit répulsif (cutané et textile) conformément aux indications de la notice ;**

▲ **je me lave les mains après l'application.**

J'adopte quelques gestes simples pour mon domicile et son environnement

- En installant des grillages moustiquaires aux ouvertures ;
- En posant des rideaux imprégnés d'insecticide pour tissu ;
- En utilisant la climatisation ;



➤ En supprimant les gîtes larvaires, c'est-à-dire toute eau stagnante :

- je change souvent l'eau des vases,
- j'arrose de façon contrôlée les pots de fleurs et je vide fréquemment les soucoupes,
- j'entretiens le jardin,
- je vide et je retourne ou je range les matériels de jardin et tous contenants potentiels d'eau stagnante ;



➤ En couvrant les réserves d'eau d'une moustiquaire ou d'un tissu ;

➤ En entretenant très régulièrement les bassins, la piscine.



Je me protège de certaines maladies

En cas d'affectation outre-mer ou à l'étranger, la CNMSS, dans le cadre de sa politique de prévention des risques de santé, prend en charge sous certaines conditions les frais relatifs à la vaccination contre la fièvre jaune, au traitement préventif du paludisme et aux produits répulsifs (cutanés et textiles).

Pour le militaire lui-même, le vaccin contre la fièvre jaune et les traitements préventifs du paludisme sont délivrés gratuitement par le Service de santé des armées.

Vaccination contre la fièvre jaune

Les membres de la famille autorisés à accompagner le militaire affecté outre-mer ou à l'étranger peuvent bénéficier de la prise en charge par la CNMSS des frais de vaccination comprenant :

- les vaccins proprement dits,
- l'acte d'injection,
- la consultation liée à la vaccination (sur la base d'une consultation de médecin généraliste).

Traitement préventif contre le paludisme

La CNMSS prend en charge, en partenariat avec la mutuelle UNEO, les frais de traitement préventif du paludisme des membres de la famille autorisés à accompagner le militaire affecté dans une zone exposée.

Répulsifs cutanés contre la dengue, le paludisme, le chikungunya et le zika

Pour les militaires affectés dans des zones à risques, la CNMSS prend en charge l'achat des produits répulsifs cutanés et textiles comprenant en bonne proportion une des substances figurant sur la liste publiée par «**Santé publique France**» (liste consultable sur le site Internet de la CNMSS).

Le remboursement intervient sur la base de trois produits par mois et par bénéficiaire (assuré et membre de la famille) pendant toute la durée de l'affectation.

Constitution des dossiers

Toutes les demandes doivent comporter une photocopie de l'ordre de mutation ou une attestation sur l'honneur, précisant que les membres de la famille sont autorisés à accompagner le militaire affecté outre-mer ou à l'étranger.

A ce document, il faut ajouter, pour :

- les vaccins et les traitements antipaludiques, une prescription médicale ainsi qu'une facture individuelle ou une feuille de soins acquittée,
- les répulsifs, une facture acquittée ou un ticket de caisse comportant le nom et la quantité des produits délivrés.

Les membres de la famille des militaires doivent impérativement avoir les droits ouverts à la CNMSS à la date de facturation des vaccins, traitements antipaludiques ou produits répulsifs, afin que ces derniers soient pris en charge par la CNMSS.

Dans tous les cas, je consulte en cas de symptômes (fièvre, douleurs articulaires...)

➤ **Pour en savoir plus : www.sante.gouv.fr
www.santepubliquefrance.fr**

Contacts

- **CNMSS**
83090 TOULON CEDEX 9
- **04 94 16 36 00**
- **www.cnmss.fr**



Service communication - sept. 2019 - Impression SIFA

