



Dr Ali Beddouche

Chirurgien urologue · Andrologie · Sexologie

TÉMARA · MAROC

INFORMATION PATIENT · FICHE COMPLÉMENTAIRE · C076 · FR

Pèlerins : Omra et Hajj, santé urinaire et génitale

O1 Comprendre

Chaleur, marche et accès parfois difficile aux toilettes peuvent compliquer un trouble urinaire pendant l'Omra ou le Hajj. Une préparation est particulièrement importante en cas de calculs, diabète, insuffisance rénale, sonde ou transplantation.

O2 Comment faire le bilan ?

Avant le départ, faites vérifier la stabilité de votre maladie, les médicaments, les vaccins et les exigences sanitaires en vigueur. Emportez ordonnances, résumé médical et coordonnées utiles.

O3 Que peut-on faire ?

Répartissez les boissons selon votre plan médical ; les patients dialysés ou insuffisants cardiaques ne doivent pas augmenter librement leurs apports. Prévoyez pauses, toilettes, vêtements aérés et matériel de sonde si nécessaire. Ne modifiez pas seul les horaires des médicaments.

PRÉCAUTIONS ET SIGNES D'ALERTE

Fièvre, douleur lombaire, confusion, épuisement important ou absence d'urines : consultez sans attendre.
Ne poursuivez pas l'effort malgré un malaise.

QUESTIONS À POSER

Demandez : puis-je voyager ? Quelle quantité boire et quel plan suivre en cas de problème ?

RÉFÉRENCES · CONSULTÉES LE 04/10/2026

Ministère saoudien de la Santé · Pèlerins et maladie rénale



صحة البول والأعضاء التناسلية خلال الحج والعمرة

01 لنفهم الحالة

قد تزيد الحرارة والمشى وصعوبة الوصول إلى المراحيض اضطرابات البول خلال العمرة والحج. ويهم التحضير خاصة عند الحصى أو السكري أو قصور الكلى أو القسطرة أو زرع الكلى.

02 كيف نقيّم الحالة؟

قبل السفر، راجعوا استقرار المرض والأدوية واللقاحات والشروط الصحية الحالية. احملوا الوصفات وملخصًا طبيًا وأرقام التواصل.

03 ما الذي يمكن فعله؟

وزعوا السوائل حسب خطتكم الطبية؛ لا يزيد مريض الغسيل أو قصور القلب السوائل بحرية. خططوا للراحة والمراحيض والملابس المهيّأة ومستلزمات القسطرة عند الحاجة. لا تغيروا مواعيد الدواء بأنفسكم.

الاحتياطات وعلامات الإنذار

الحمى أو ألم الخصرة أو التشوش أو الإنهاك الشديد أو انقطاع البول يستدعي استشارة فورية. لا تواصلوا الجهد رغم التوعك.

أسئلة للاستشارة

اسألوا: هل السفر مناسب؟ ما كمية السوائل وما خطة التصرف عند مشكلة؟