



NOROVIRUS

Informations sur les agents pathogènes chez l'homme – L'hygiène protège !

Qu'est-ce que le norovirus ?

Le norovirus est répandu dans le monde entier et provoque des pathologies au niveau du système gastro-intestinal. Les agents pathogènes sont excrétés en grandes quantités par les selles et le vomi et sont hautement contagieux. Cela explique les épidémies de gastro-entérites dans les collectivités telles que les maternelles, écoles, maisons de retraite ou hôpitaux. La plupart des maladies se déclarent entre octobre et mars.

Comment le norovirus se transmet-il ?

D'homme à homme

Le norovirus est généralement transmis d'homme à homme par contact direct. Il suffit d'infimes résidus de selles ou de vomi sur les mains pour transmettre le virus. Les agents pathogènes sont transmis ensuite de la main vers la bouche. Les minuscules gouttelettes produites lors d'un vomissement sont également extrêmement contagieuses.

Par les objets contaminés

Les agents pathogènes se déposent sur les poignées de portes, les rampes ou la robinetterie et suite à un contact peuvent rapidement passer de la main à la bouche.

Par la nourriture

Les aliments crus tels que les salades, les fruits (y compris les baies surgelées), les fruits de mer peuvent être infestés de norovirus et représentent un foyer d'infection tout comme une eau infectée ou d'autres boissons infectées.

Quels sont les symptômes de la maladie ?

La maladie se déclare généralement brutalement par une diarrhée virulente, des nausées puis des vomissements brutaux. Le patient se sent très malade, avec des douleurs abdominales et musculaires, éventuellement avec un peu de fièvre et des maux de tête. Les gastro-entérites sévères peuvent rapidement déshydrater le patient, qui se sent alors très faible avec parfois des vertiges. Les symptômes disparaissent en général au bout d'un à deux jours.

Quand la maladie se déclare-t-elle et combien de temps est-elle contagieuse ?

La maladie se déclare rapidement après la contamination, en règle générale, 6 heures à 2 jours. Les personnes touchées sont en général très contagieuses lorsque les symptômes apparaissent. En règle générale, le patient élimine les agents pathogènes par les selles jusqu'à 48 heures après disparition des symptômes. Dans des cas isolés, on constate cependant des excrétions de virus jusqu'à 2 semaines après, même après disparition des diarrhées et des vomissements.

Qui est particulièrement vulnérable ?

En général, tout le monde peut être contaminé. Le virus touche pourtant en particulier les enfants de moins de 5 ans et les personnes âgées de plus de 70 ans. Ces personnes sont particulièrement sensibles à la déshydratation provoquée par la diarrhée et les vomissements.

Que faire en cas de contamination ?

- ▶ Les personnes malades doivent se reposer et éviter au maximum tout contact avec d'autres personnes.
- ▶ En cas de diarrhée et de vomissements, le patient doit boire beaucoup.
- ▶ Pour compenser les pertes minérales, le patient prendra des solutions électrolytes qu'il trouvera en pharmacie.
- ▶ Veillez à une alimentation légère et à un apport en sels minéraux.
- ▶ Les enfants en bas âge, les femmes enceintes, les personnes âgées ou les personnes affaiblies doivent consulter un médecin, notamment en cas de diarrhée durant plus de 2 à 3 jours, avec de la fièvre et des vomissements.
- ▶ Le médecin pourra uniquement traiter les symptômes. Les antibiotiques n'ont aucun effet sur le norovirus.
- ▶ Utilisez, dans la mesure du possible, des toilettes qui vous seront exclusivement réservées, et ce, jusqu'à 2 jours après votre guérison. Pendant 2 semaines après la maladie, veillez à vous laver soigneusement les mains à l'eau et au savon après chaque passage aux toilettes et nettoyez les toilettes !
- ▶ Veillez à bien éliminer immédiatement tout le vomi et toutes les selles qui sont très contagieux. Respectez une hygiène scrupuleuse des mains !
- ▶ Si vous êtes malade, ne préparez pas de repas pour d'autres personnes. Vous pouvez laver la vaisselle normalement.
- ▶ En cas de maladie, changez souvent les draps de lit, les gants de toilette et les serviettes et lavez-les au moins à 60°C.



NOROVIRUS

Informations sur les agents pathogènes chez l'homme – L'hygiène protège !

Que faire en cas de contamination ?

- ▶ Même deux jours après disparition des symptômes, évitez les maisons de repos et les hôpitaux afin de prévenir toute contamination.
- ▶ Veillez même après à une hygiène rigoureuse des mains et des toilettes. En cas d'épidémie en milieu hospitalier, le personnel prendra des mesures d'hygiène particulières.
- ▶ Le norovirus est soumis aux directives de la loi de protection contre les infections. Les enfants de moins de 6 ans chez lesquels on constate des vomissements ou une diarrhée contagieuse ou susceptibles d'être contagieux ne doivent pas aller à l'école ou à la crèche pendant la maladie. Les parents doivent informer l'école ou la crèche de la maladie de leur enfant. En règle générale, le patient pourra retourner à l'école ou à la crèche 2 jours après disparition des symptômes. L'administration de santé responsable décidera du moment opportun. Il n'est pas nécessaire de fournir un certificat médical écrit.
- ▶ Si votre métier vous amène à être en contact avec certains aliments, en cas de diarrhée et/ou de vomissements contagieux, vous devrez attendre au moins 2 jours après disparition des symptômes. Cela est valable également en cas de suspicion de contamination.

Comment me protéger ?

Hygiène des mains

Lavez-vous soigneusement les mains à l'eau et au savon, en particulier après chaque passage aux toilettes ou avant la préparation d'un repas. Séchez-vous ensuite soigneusement les mains avec une serviette propre. Cela permet d'éviter la propagation de germes intestinaux des mains à la bouche.

Autres mesures d'hygiène

- ▶ Dans la mesure du possible, évitez tout contact direct avec les personnes malades jusqu'à 2 jours après disparition des symptômes.
- ▶ Utilisez votre propre gant de toilette et votre propre serviette.
- ▶ Nettoyez toutes les surfaces aux alentours du patient, telles que lavabo, poignées de portes et sols, si possible avec des lingettes que vous jetterez immédiatement à la poubelle. Faites de même pour toutes les surfaces contaminées telles que les toilettes. Portez des gants jetables pour mieux prévenir toute contamination.
- ▶ En général, il suffit de nettoyer à l'eau et avec des produits ménagers courants.

Vous devrez peut-être utiliser des produits désinfectants spéciaux, si l'administration de santé ou le médecin vous le recommande.

Du bon maniement des aliments

- ▶ Pour éviter toute contamination par des aliments contaminés au norovirus, veillez à parfaitement cuire les plats, notamment ceux contenant des fruits de mer.
- ▶ Il n'existe pas encore de vaccin contre le norovirus.

Où puis-je m'informer ?

L'administration de santé locale se tient à votre disposition pour toute question. Les pathologies à diarrhée contagieuses étant soumises aux dispositions de la loi sur la protection contre les infections, elle vous fournira des informations sur la situation actuelle et vous fera profiter de sa grande expérience en la matière.

Vous trouverez des informations sur cette maladie sur le site web de l'Institut Robert Koch (www.rki.de/noroviren).

Vous trouverez des informations sur la protection contre les infections sur la page du Centre fédéral pour l'éducation à la santé, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (www.infektionsschutz.de).



STEMPEL

Éditeur :

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Cologne.
Tous droits réservés.

Rédigé en collaboration avec le Bundesverband der Ärztinnen und Ärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes e.V. (fédération allemande des médecins de la santé publique) et avec l'approbation de l'Institut Robert Koch.

Ces informations publiques peuvent être consultées et téléchargées gratuitement sur le site web www.infektionsschutz.de.