

LA GASTRO-ENTÉRITE VIRALE – Prévention et traitement

1. Qu'est-ce qu'une gastro-entérite virale?

C'est une inflammation de l'estomac (gastro) et de l'intestin (entérite) causée par un virus.

2. Quels sont les symptômes observés lors d'une gastro-entérite virale?

La gastro-entérite a habituellement un début soudain. Les symptômes les plus souvent observés sont des nausées, des vomissements, de la diarrhée et des crampes au ventre. La fièvre, si elle est présente, est peu élevée. Parfois, des frissons, des maux de tête, des douleurs musculaires et de la fatigue peuvent être ressentis.

3. À quel moment les symptômes apparaissent-ils?

Les symptômes apparaissent habituellement de 24 à 48 heures après que la personne a été en contact avec le virus.

4. Comment se transmet l'infection?

Le virus se transmet facilement de personne à personne. Les selles diarrhéiques et les vomissements d'une personne malade contiennent de très grandes quantités de virus. Lors de vomissements, de fines gouttelettes projetées dans l'air peuvent se déposer sur des surfaces environnantes et les contaminer. Des aliments et des boissons peuvent être infectés directement par les mains mal lavées d'une personne malade ou indirectement par contact avec une surface contaminée. Une personne peut s'infecter de plusieurs façons :

- En ayant un contact direct avec une personne malade (ex. : prendre soin d'une personne malade, partager des aliments, des boissons ou des ustensiles avec elle).
- En touchant des surfaces ou des objets contaminés par le virus et en portant ensuite ses doigts à la bouche (ex. : surfaces, poignées ou robinets contaminés de la salle de toilettes).
- En mangeant des aliments ou en buvant des liquides contaminés par le virus (ex. : un manipulateur d'aliments malade qui contamine les aliments ou les boissons).

5. Pendant combien de temps les personnes malades peuvent-elles transmettre l'infection?

Les personnes infectées peuvent transmettre le virus dès le début des symptômes et jusqu'à au moins 48 heures après leur fin. Parfois, chez certaines personnes ayant été malades, des virus restent présents dans leurs selles

jusqu'à deux semaines après l'arrêt des symptômes. Par conséquent, le lavage des mains est primordial, pendant toute cette période, pour toute personne qui fait une gastro-entérite, surtout après être allée aux toilettes, avant de préparer un repas et avant de manger.

6. Quels sont les traitements disponibles pour la gastro-entérite?

Aucun médicament ni vaccin n'existent actuellement pour traiter ou prévenir cette infection. Il est important que la personne malade prenne beaucoup de liquide* pour prévenir la déshydratation.

* Mélange de 360 ml de jus d'orange non sucré + 600 ml d'eau bouillie pendant 5 minutes + 1/1 c. à thé de sel

7. Peut-on prévenir la gastro-entérite virale?

Il est possible de prévenir cette infection en appliquant les différentes mesures suivantes :

- Laver vos mains, avec de l'eau et du savon pendant au moins 15 secondes et bien assécher, surtout après être allé aux toilettes, après avoir changé une couche, pris soin d'une personne faisant une gastro-entérite ou nettoyé les espaces et les objets souillés, avant de préparer un repas ou de manger.
- Laver avec soin les fruits et les légumes.
- Si nécessaire, couvrir soigneusement les matières (selles diarrhéiques et vomissements) avec des serviettes de papier absorbant de façon à limiter la dispersion.
- Avant d'utiliser une solution désinfectante, les surfaces devront avoir été préalablement nettoyées à l'eau savonneuse, car les selles diarrhéiques et les vomissements nuisent à l'action des produits désinfectants utilisés.
- Ensuite, désinfecter les surfaces contaminées en utilisant l'eau de Javel (solution composée d'une partie d'eau de Javel commerciale à 5 ou 6 % — regardez sur l'étiquette — pour 9 parties d'eau). Laisser la solution en contact pendant 10 minutes avec les surfaces à désinfecter (garder les surfaces humides).
- Retirer immédiatement et nettoyer, à l'eau chaude avec un détergent, les vêtements, les draps ou autres tissus souillés par une personne faisant une gastro-entérite; ne pas secouer la literie ou le linge souillé pour limiter la contamination dans l'environnement et dans l'air.

- Éliminer dans les toilettes les vomissements et les selles diarrhéiques et s'assurer que la zone environnante est toujours propre.

Les personnes infectées et, tout particulièrement, les manipulateurs d'aliments, ne devraient pas préparer d'aliments pendant qu'ils présentent des symptômes, et ce, pour au moins 48 heures après la fin des symptômes. Les aliments qui ont pu être contaminés par une personne malade doivent être jetés. Il est très important de respecter le lavage des mains en tout temps et, notamment, dans les semaines qui suivent une gastro-entérite.

Pour plus d'information, veuillez appeler la ligne Info-Santé en composant le 8-1-1

Référence : Centre de Santé et de Services Sociaux Rouyn-Noranda