

# Feuille d'information pour le public

## Prévention de la gastro-entérite à Norovirus

### Que sont les Norovirus ?

Les Norovirus appartiennent à une famille de virus (Norovirus, Norwalk, Norwalk-like) qui causent des gastro-entérites.

Les virus sont des agents infectieux très différents des bactéries (ex. : *Salmonella* responsable de la Salmonellose ou *Shigella* responsable de la shigellose) ou des parasites (ex. : *Giardia* responsable de la giardiase) qui peuvent aussi causer des gastro-entérites. D'abord, les virus sont beaucoup plus petits que les bactéries ou les parasites et, surtout, les antibiotiques n'ont aucun effet sur les virus.

### Quelle est la maladie causée par les Norovirus ?

La maladie causée par les Norovirus a plusieurs appellations (ex. : gastro-entérite virale épidémique, diarrhée virale) mais elle est, le plus souvent, appelée **gastro-entérite virale**. La gastro-entérite est une inflammation des parois de l'estomac et de l'intestin.

### Est-ce que l'infection à Norovirus est grave ?

La gastro-entérite causée par les Norovirus n'est généralement pas grave même si les personnes atteintes se sentent très malades à cause de la diarrhée et des vomissements. La très grande majorité des personnes malades se sentent mieux en un à deux jours, sans complication. Parfois, des personnes malades sont incapables de boire en quantité suffisante pour remplacer les pertes de liquide causées par les vomissements et les diarrhées. Ces personnes, principalement les jeunes enfants et les personnes âgées peuvent alors se déshydrater et nécessiter des soins médicaux.

### Quels sont les symptômes causés par une infection à Norovirus ?

La gastro-entérite à Norovirus a habituellement un début soudain. Les symptômes les plus souvent observés sont des nausées, des vomissements, de la diarrhée et des crampes abdominales. La fièvre, si elle présente, est peu élevée. Parfois, des frissons, des maux de tête, des douleurs musculaires et de la fatigue peuvent être ressentis. Quelques personnes infectées par les Norovirus ne présentent aucun symptôme.

### À quel moment les symptômes de l'infection à Norovirus apparaissent-ils ?

Les symptômes apparaissent habituellement de 24 à 48 heures après l'ingestion du virus.

### Comment se transmet l'infection à Norovirus ?

Les Norovirus se transmettent facilement de personne à personne. Les selles diarrhéiques et les vomissures d'une personne malade contiennent de très grande quantité de Norovirus. Lors des 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 contaminés directement par les mains contaminées d'une personne malade ou indirectement par contact avec une surface contaminée. Les Norovirus sont très stables dans l'environnement : ils peuvent conserver leur pouvoir infectieux même s'ils sont exposés à la congélation ou à un chauffage à 60°C (140°F).

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 des Norovirus et en portant ensuite ses doigts à la bouche (ex. : surfaces, poignées ou robinets contaminés de la salle de toilette);

- En mangeant des aliments ou en buvant des liquides contaminés par des Norovirus (ex. : un manipulateur d'aliments malade qui contamine les aliments ou les boissons).

### **Pendant combien de temps les personnes malades peuvent-elles transmettre l'infection ?**

Les personnes infectées par les Norovirus peuvent transmettre l'infection dès le début des symptômes jusqu'à au moins 48 heures après leur fin. Parfois, chez certaines personnes ayant été malades, des Norovirus 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 à la toilette, avant de préparer un repas et avant de manger.

### **Qui peut être infecté par les Norovirus ?**

N'importe qui peut être infecté par les Norovirus. L'immunité causée par les Norovirus est de très courte durée. Par conséquent, une personne peut se réinfecter et faire une gastro-entérite à Norovirus plus d'une fois au cours de sa vie.

### **Quels sont les traitements disponibles pour les Norovirus ?**

Aucune médication antivirale n'existe actuellement pour traiter les infections à Norovirus ni de vaccin pour prévenir l'infection. Les antibiotiques, utiles pour combattre les infections causées par des bactéries, sont inefficaces contre les Norovirus.

Il est important que la personne malade prenne beaucoup de liquide pour prévenir la déshydratation : eau avec un peu de sel et de sucre (comme les boissons dites sportives ou autres produits qu'on trouve en pharmacie), jus, soupe claire ou plus consistante selon la tolérance.

### **Peut-on prévenir les infections à Norovirus ?**

Il est possible de prévenir les infections à Norovirus en appliquant les différentes mesures suivantes :

- Laver vos mains, avec de l'eau et du savon pendant au moins 15 secondes et bien les assécher, surtout après être allé à la toilette, après avoir changé une couche, pris soin d'une personne faisant une gastro-entérite ou nettoyé les espaces et objets souillés, avant de préparer un repas ou de manger ;
- Laver avec soin les fruits et les légumes;
- Bien nettoyer puis désinfecter les surfaces contaminées immédiatement (ex. : vomissures, selles diarrhéiques) en utilisant l'eau de Javel (solution composée d'une partie d'eau de Javel commerciale à 5 ou 6 % pour 9 parties d'eau) (à utiliser avec la prudence habituelle);
- 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;
- Éliminer dans la toilette les vomissures et les selles diarrhéiques et s'assurer que la zone environnante est toujours propre.

Les personnes infectées par des Norovirus et, tout particulièrement les manipulateurs d'aliments, ne devraient pas préparer d'aliments pendant qu'ils présentent des symptômes et 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 à Norovirus.

[Source : le présent document a été adapté de : CDC answers your questions about Norovirus, CDC answers your questions about Norovirus and food handlers, 2004 par la Direction de santé publique de Montréal, janvier 2005]