



La salmonellose Salmonellosis

Qu'est-ce que la salmonellose?

La salmonellose est une infection alimentaire causée par la salmonelle, bactérie du genre *Salmonella*.

Les symptômes comprennent des douleurs abdominales soudaines, la diarrhée, la fièvre, des nausées et des vomissements. La déshydratation peut être grave, particulièrement chez les groupes à risque, tels que les personnes âgées, les nourrissons et les personnes dont le système immunitaire est affaibli. Les enfants sont les plus touchés par cette infection.

Les symptômes surviennent généralement dans un délai de 6 à 72 heures et durent de 4 à 7 jours.

Comment la salmonellose se propage-t-elle?

La maladie se transmet par voie oro-fécale. La bactérie est présente dans les excréments des personnes ou des animaux infectés et peut être transmise à d'autres personnes par le biais d'un mauvais système sanitaire ou par manque d'hygiène.

On peut tomber malade en consommant des aliments ou des boissons contaminés, ou en entrant en contact avec des animaux infectés ou des environnements contaminés.

La salmonelle peut être présente dans une grande variété d'aliments, comme la volaille et la viande crues, les produits laitiers non pasteurisés et les œufs crus ou insuffisamment cuits. Elle peut aussi être présente dans les fruits et les légumes contaminés.

Les aliments cuits et prêts à manger peuvent être contaminés lorsqu'on utilise la même planche à découper, la même assiette ou le même ustensile pour préparer d'autres aliments contaminés, comme de la viande crue. Les planches à découper, les assiettes et les ustensiles doivent toujours être nettoyés et désinfectés immédiatement **avant** d'être en contact avec des aliments cuits ou prêts à manger. Ils doivent aussi être nettoyés et désinfectés **après** avoir été en contact avec de la viande et de la volaille crues.

Comment prévenir la salmonellose?

- Lavez-vous toujours les mains après être allé aux toilettes ou avoir changé une couche
- Certains animaux domestiques et de compagnie, comme les poussins, les canetons, les hamsters, les gerbilles, les tortues, les serpents et les iguanes, peuvent être porteurs de la bactérie *Salmonella*. Lavez-vous les mains après être entré en contact avec ces animaux et aidez les jeunes enfants à se laver les mains. On doit prendre les mêmes précautions après une visite à un zoo
- Ne préparez pas de nourriture si vous souffrez d'une infection à la salmonelle ou une d'autre infection qui cause la diarrhée
- Lavez-vous les mains avant, pendant et après la préparation de la nourriture
- Faites cuire entièrement toute nourriture de source animale, particulièrement la volaille, les produits à base d'œufs et les plats de viande
- Faites cuire les viandes et la volaille à une température interne d'au moins 74 °C (165 °F). Utilisez un thermomètre à viande pour vous assurer que la viande est cuite à la bonne température. Si vous faites cuire une dinde ou un poulet contenant de la farce, assurez-vous

que la viande et la farce sont bien cuites, à une température interne d'au moins 74 °C (165 °F)

- Décongelez complètement les aliments congelés avant la cuisson, à moins que la nourriture ne porte la mention « Cuire congelé ». Décongelez toujours les aliments sur l'étagère du bas de votre réfrigérateur, et placez la viande et la volaille sur un plateau d'égouttage destiné à recueillir les écoulements de liquide. Vous pouvez également décongeler les aliments congelés sous l'eau froide ou au micro-ondes. Ces méthodes peuvent décongeler les aliments de façon inégale. Veuillez vous assurer que le produit est décongelé entièrement
- N'utilisez que du lait et des produits laitiers pasteurisés
- Gardez les œufs au frais et n'utilisez pas d'œufs sales ou craquelés
- Conservez séparément les aliments cuits et prêts à manger des aliments crus. Assurez-vous que toutes les surfaces et tous les ustensiles ont été lavés et désinfectés avant d'entrer en contact avec des aliments prêts à manger
- Ne laissez pas les aliments crus ou cuits à température ambiante pendant une longue période
- Sachez que la consommation des aliments suivants pourrait augmenter votre risque d'infection à la bactérie *Salmonella* : les œufs crus ou insuffisamment cuits, les produits contenant des œufs crus comme le lait de poule, la pâte non cuite, certains desserts, certaines sauces et la crème glacée maison. Pour réduire le risque d'infection, utilisez des ovoproduits entiers, liquides et pasteurisés dans la préparation de plats qui ne sont pas cuits complètement
- Sachez que la consommation de germes crus ou insuffisamment cuits vous expose à l'infection à la bactérie *Salmonella*. Bien cuits, ils ne posent pas de risque

- Apprenez aux personnes qui manipulent et préparent des aliments qu'il est important de respecter les règles suivantes :
 - Garder les aliments chauds au chaud et les aliments froids au froid
 - Se laver les mains avant, pendant et après la préparation de la nourriture
 - Garder la cuisine propre
 - Protéger les aliments préparés de la contamination croisée

Comment traite-t-on la salmonellose?

Si vous avez été infecté, on peut vous demander de répondre à des questions détaillées et de soumettre un échantillon fécal (selles).

Si vous souffrez d'un cas grave de salmonellose ou d'une autre maladie chronique ou que votre système immunitaire est faible, votre fournisseur de soins de santé peut vous prescrire des antibiotiques.

Pour de plus amples renseignements

Pour de plus amples renseignements, consultez les fiches HealthLinkBC suivantes :

- [HealthLinkBC File n° 59a Salubrité des aliments : Des façons simples d'assurer la salubrité des aliments](#)
- [HealthLinkBC File n° 61b Visites au parc animalier et à la ferme](#)
- [HealthLinkBC File n° 85 Le lavage des mains : freinez la propagation des germes](#)

Pour obtenir de plus amples informations sur l'utilisation d'antibiotiques, consultez le site « Des pilules contre tous les microbes » à www.francais.dobugsneeddrugs.org.



BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, visitez www.HealthLinkBC.ca ou composez le 8-1-1 (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le 7-1-1. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.