



La maladie du hamburger (Colite hémorragique) Hamburger Disease (Haemorrhagic Colitis)

Qu'est-ce que la maladie du hamburger?

Le nom médical de la maladie du hamburger est Colite hémorragique. Cette maladie est un type d'intoxication alimentaire causé par une bactérie appelée E. coli 0157:H7. Connue aussi sous le simple nom E. coli, elle peut se trouver dans de nombreux aliments y compris dans la viande et spécialement dans la viande de boeuf hachée.

La maladie du hamburger est aussi connue sous le nom de « syndrome du barbecue » parce qu'elle se déclare souvent lorsque l'on cuit incorrectement de la viande de boeuf hachée sur le barbecue.

Quels sont les symptômes?

Les symptômes d'une infection par E. coli sont, entre autres, une diarrhée très liquide qui, dans certains cas, peut contenir du sang. Des vomissements, des crampes d'estomac et une légère fièvre sont aussi possibles.

Les symptômes se déclarent environ deux jours après l'ingestion des aliments contaminés par E. coli et durent généralement entre 5 et 10 jours.

Dans certains cas rares, la toxine (ou le poison) de l'E. coli peut causer une maladie grave voire fatale appelée Syndrome hémolytique et urémique (SHU). Cette dernière peut entraîner une insuffisance rénale, une anémie et une hémorragie interne. Le SHU peut être particulièrement dangereux pour les jeunes enfants et les personnes âgées.

D'où vient la maladie?

Les bactéries E. coli peuvent se trouver dans l'estomac et dans les déjections de nombreux animaux, dont le porc, la volaille et surtout les produits du boeuf.

Durant la coupe en boucherie, les E. coli parviennent parfois sur la surface de la viande. Lorsque la viande est hachée, les E. coli sont mélangés à celle-ci. C'est la raison pour laquelle la viande hachée présente plus de risques de causer la

maladie que la viande en morceaux entiers comme les steaks ou les rôtis. Les morceaux de viande entiers ont en général des E. coli seulement sur leur surface, ce qui rend ces bactéries plus facilement éliminables par la cuisson. Dans la viande hachée, à moins que le coeur du hamburger soit bien cuit, les E. coli qui s'y trouvent peuvent survivre.

Les bactéries E. coli sont parfois aussi présentes dans d'autres aliments comme les fruits, les légumes, et le lait, le jus de fruit et les cidres non pasteurisés.

Comment éviter de tomber malade?

En Colombie-Britannique, on rapporte environ 175 cas par an de la maladie du hamburger. On pense qu'il y a des milliers d'autres cas qui ne sont pas signalés aux autorités sanitaires locales.

Pour réduire le risque d'intoxication par E. coli :

- Réfrigérez ou congelez la viande dès que possible après l'avoir achetée.
- Décongelez la viande dans le réfrigérateur et **non** à température ambiante.
- Décongelez complètement la viande avant de commencer à la cuire. N'essayez pas de cuire une viande congelée ou partiellement congelée.
- Lavez-vous les mains soigneusement **avant** de préparer la nourriture, **après** avoir manipulé de la viande crue et **après** utilisation des toilettes. Les bactéries E. coli peuvent aussi se transmettre aux autres via des selles infectées.
- Si vous ne cuisez pas vos steaks hachés immédiatement, laissez-les au réfrigérateur jusqu'à ce que vous soyez prêt à les faire cuire. Ne laissez pas de viande crue à température ambiante.
- Lavez et désinfectez toujours tous les ustensiles, planches à découper et plans de travail qui sont entrés en contact avec la viande crue pour empêcher toute contamination des

autres aliments par E. coli. Vous pouvez préparer une solution désinfectante efficace en mélangeant 14 g de javellisant à 3,8 litres d'eau, soit une cuiller à café de javellisant par litre d'eau.

- Cuisez bien l'extérieur de tous les morceaux de viande comme les steaks, les rôtis ou les côtes de boeuf.
- Cuisez le boeuf haché comme les hamburgers ou les pains de viande jusqu'à ce leur coeur soit brun – pas rose – et que leur jus soit clair. Le coeur du steak haché doit au moins atteindre une température de 71 degrés Celsius (160 degrés Fahrenheit) durant au moins 15 secondes.
- Cuisez bien la volaille de façon à ce que le coeur du morceau le plus épais atteigne au moins 74 degrés Celsius (165 degrés Fahrenheit) durant au moins 15 secondes. Les jus doivent être clairs et la viande doit pouvoir se détacher de l'os facilement. La viande de volaille ne doit pas être caoutchouteuse.
- Ne mettez jamais la viande cuite sur le même ustensile non lavé que celui qui a été utilisé pour manipuler la viande crue. Les jus d'une viande crue peuvent être contaminés par E. coli, qui peut donc à son tour contaminer la viande cuite.
- Servez les viandes cuites immédiatement ou conservez-les au chaud, au moins à 60 degrés Celsius (140 degrés Fahrenheit) jusqu'à ce que vous soyez prêt à servir.
- Épluchez tout fruit ou légume avant d'être consommé cru ou lavez-le bien à l'eau claire. Évitez de boire du lait, des jus ou des cidres non pasteurisés.

Y a-t-il un traitement contre la maladie?

En cas de crampes d'estomac et/ou de selles contenant du sang, il faut consulter un médecin.

Il est important de boire une grande quantité de liquides clairs pour remplacer les fluides perdus et prévenir la déshydratation.

Ne prenez pas d'anti-diarrhéique avant d'avoir consulté votre médecin.

Pour plus d'informations sur la sécurité alimentaire, consultez les HealthLink BC Files [fiches santé de la C.-B.] suivantes :

[N° 03 Lait cru : un risque pour la santé publique](#)

[N° 22 Mise en conserve à la maison : comment éviter le botulisme](#)

[N° 59a Food Safety: Ten Steps to Make Food Safe](#)

[N° 72 Les jus de fruit non pasteurisés : un danger potentiel pour la santé](#)

[N° 76 Aliments à éviter pour les personnes à risque de maladie d'origine alimentaire](#)



BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLink BC File, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm ou votre unité de santé publique locale.

Pour obtenir des renseignements sur la santé et des services de santé non urgents, cliquez sur www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** en C.-B.

Les personnes sourdes ou malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le **7-1-1** en C.-B.

Des services de traduction dans plus de 130 langues sont disponibles sur demande.