



La maladie main-pied-bouche

Hand, Foot and Mouth Disease

Qu'est-ce que la maladie main-pied-bouche?

La maladie main-pied-bouche est causée par certains types de virus. Le plus souvent, ce sont les enfants de moins de 10 ans qui contractent cette maladie. La plupart des cas se produisent pendant l'été ou au début de l'automne.

Quels sont les symptômes?

Les symptômes apparaissent de trois à cinq jours suivant le contact avec une personne infectée. Le premier signe d'infection peut être de la fièvre, parfois accompagnée d'un écoulement nasal ou d'un mal de gorge. La fièvre peut atteindre jusqu'à 40 °C (104 °F); toutefois, elle est généralement plus basse. Cette fièvre peut durer jusqu'à sept jours.

De plus, une personne infectée peut manifester d'autres symptômes. Environ deux jours après l'apparition de la fièvre, de petits ulcères douloureux peuvent apparaître à l'intérieur de la bouche, sur la langue ou sur les gencives. Un jour ou deux plus tard, de petites taches rougeâtres peuvent à leur tour apparaître sur la paume des mains et la plante des pieds. Ces taches rougeâtres sont susceptibles de se transformer en ampoules. La fièvre, les taches et les ampoules disparaissent généralement après sept à dix jours, environ.

Une personne qui contracte la maladie main-pied-bouche ne présente pas nécessairement tous ces symptômes. Il arrive parfois qu'une personne infectée ne présente pas de symptômes.

Comment la maladie main-pied-bouche se propage-t-elle?

Dès qu'une personne est infectée et tombe malade, elle peut être contagieuse et transmettre le virus pendant une période de sept à dix jours. Le virus se propage par la toux ou le contact direct avec des gouttelettes en suspension dans l'air qui proviennent du nez et de la gorge. La maladie main-pied-bouche peut aussi se propager pendant une période pouvant atteindre trois semaines en cas de contact oral (bouche) avec les matières fécales (selles). Le virus peut rester quelque temps dans les intestins d'une personne infectée.

Cette maladie se propage très facilement dans les garderies et d'autres endroits où les enfants se trouvent ensemble. Il faut donc prendre particulièrement soin de bien se laver les mains et de nettoyer à fond les surfaces après avoir changé une couche et avant de servir des aliments ou d'en consommer en présence d'enfants et dans les garderies.

Comment pouvez-vous réduire la propagation de la maladie?

Montrez aux enfants à éternuer ou à tousser dans un mouchoir de papier ou à l'intérieur de leur bras, au pli du coude. Cela prévient la transmission de gouttelettes en suspension dans l'air. Les enfants devraient également se laver les mains souvent pour éviter de transmettre le virus aux autres. Incitez les enfants à jeter leurs mouchoirs de papier directement à la poubelle après les avoir utilisés, puis à se laver les mains de nouveau.

Il est extrêmement important d'adopter une bonne hygiène. Votre enfant ou vous-même serez contagieux pendant toute la durée de la maladie, généralement sept à dix jours, environ. Il est possible que votre enfant ou vous-même puissiez transmettre la maladie pendant plusieurs semaines après la disparition des ampoules et des ulcères, car le virus peut rester dans les selles.

Votre enfant peut continuer à fréquenter la garderie s'il se sent assez bien pour participer aux activités, car le risque que les autres enfants contractent la maladie est faible.

Continuez de pratiquer une hygiène rigoureuse pendant plusieurs semaines ou plusieurs mois après que votre enfant se sent mieux.

Comment cette maladie se traite-t-elle?

Au besoin, on peut réduire la fièvre causée par la maladie main-pied-bouche avec de l'acétaminophène (comme du Tylenol®). Consultez votre médecin de famille sur la posologie à suivre ou lisez attentivement les instructions sur l'emballage ou sur le flacon. *Ne donnez pas* d'ASA (aspirine ou acide acétylsalicylique) à un enfant ou à un adolescent, à cause du risque du syndrome de Reye. Les antibiotiques *n'aideront pas* à traiter ou à guérir cette maladie.

Ne crevez pas les ampoules – elles guériront plus facilement si vous n'y touchez pas. Comme les ulcères à l'intérieur de la bouche peuvent être douloureux, votre enfant peut ne pas vouloir manger ni boire. Ces ulcères peuvent être traités au moyen d'une pommade utilisée pour la dentition. Vous pouvez appliquer cette pommade sur votre doigt et ensuite l'étaler délicatement sur les ulcères de votre enfant. Lavez-vous les mains avant et après avoir appliqué la pommade. Utilisez ces produits avec

modération. Si un enfant en avale souvent, sa gorge peut s'engourdir et il aura alors de la difficulté à avaler.

Ne donnez à votre enfant que des liquides froids et à saveur non relevée, comme du lait ou de l'eau. Ne lui servez pas des boissons pétillantes ou acidulées comme des boissons gazeuses ou des jus de fruits, car elles lui piqueront la bouche. Ne donnez à votre enfant que des aliments mous, froids et à saveur non relevée, comme du pain, des pâtes alimentaires ou peut-être un sandwich au beurre d'arachide et à la gelée.

Rappelez-vous que, si on soupçonne la présence de la maladie main-pied-bouche, il faut encourager une hygiène appropriée, se laver les mains souvent et prendre d'autres mesures de propreté fondamentale pour en prévenir la propagation à d'autres personnes.



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.