

Le norovirus (grippe intestinale) Norovirus (Stomach Flu)

Qu'est-ce que le norovirus?

Les norovirus sont un groupe de virus qui provoque une gastroentérite aiguë appelée également grippe intestinale ou maladie des vomissements d'hiver. Il ne s'agit pas de la grippe (ou influenza), qui est une infection respiratoire provoquée par le virus de l'influenza.

Dans les collectivités de Colombie-Britannique, des poussées de grippe intestinale surviennent chaque année. Ces poussées sont courantes dans les centres d'hébergement et de soins de longue durée, les garderies, les écoles, les camps pour enfants et sur les bateaux de croisière.

Quels sont les symptômes?

Un jour ou deux après l'exposition au norovirus, vous pourriez avoir des douleurs à l'estomac et commencer à vomir, ce qui sera souvent suivi par des crampes, des frissons, de la fièvre et de la diarrhée. La maladie débute généralement de façon soudaine et dure seulement entre un et trois jours. Des complications peuvent survenir chez les personnes qui perdent trop de liquides lorsqu'elles vomissent, ont la diarrhée et ne boivent pas assez. Cela se manifeste le plus souvent chez les bébés, les aînés et les personnes dont le système immunitaire est affaibli. Les complications graves sont très rares et l'hospitalisation n'est généralement pas nécessaire.

Comment le virus se propage-t-il?

Le norovirus peut être présent dans le vomi et la diarrhée des personnes malades. Lorsqu'une personne vomit, les gens autour peuvent être infectés en avalant de minuscules gouttelettes en suspension dans l'air.

Le virus peut aussi se propager sur des surfaces comme les comptoirs. Il peut survivre pendant longtemps sur les surfaces telles que les comptoirs ou les robinets des éviers, si ceux-ci ne sont pas correctement nettoyés.

Les personnes peuvent tomber malades en touchant

ces surfaces, puis en portant les mains ou les doigts à la bouche.

Le virus peut se transmettre d'une personne à l'autre si celles-ci ne se lavent pas les mains ou si une personne atteinte de cette maladie manipule de la nourriture, de l'eau ou des glaçons.

Existe-t-il un traitement?

À l'heure actuelle, on n'utilise généralement pas de médicaments pour traiter les norovirus. L'état des personnes infectées par un norovirus s'améliore habituellement après quelques jours.

Les antibiotiques ne devraient pas être utilisés avec les norovirus. Les antibiotiques ne sont efficaces que contre les bactéries et non pas contre les virus.

Il est important de consommer des liquides clairs, comme de l'eau, afin d'éviter de vous déshydrater. Vous devez également boire d'autres liquides comme des jus, des bouillons ou des liquides réhydratants pour les vomissements ou la diarrhée.

Consultez un médecin si la diarrhée ou les vomissements durent plus de deux ou trois jours ou si la déshydratation vous préoccupe. Si trois personnes ou plus sont malades en même temps, veuillez le signaler à votre unité de santé publique locale.

Comment peut-on prévenir le virus?

- Il n'existe aucun vaccin ou traitement permettant de prévenir les norovirus.
- Le principal moyen de prévenir le virus ou de réduire sa propagation est le lavage des mains, en particulier après avoir utilisé les toilettes, changé des couches ou avant de manger ou de préparer les repas. Un lavage des mains convenable demande de l'eau courante chaude, du savon et un nettoyage des mains pendant 30 secondes environ. Pour plus de renseignements, voir la HealthLink BC File (fiche santé de la C.-B.) [no](#)

85 Lavage des mains pour les parents et les enfants.

- Les salles de bain utilisées par des personnes malades devraient être désinfectées à l'aide d'une solution diluée d'eau de Javel (une partie d'eau de Javel pour neuf parties d'eau).
- Tout aliment qui a été manipulé par une personne atteinte du virus ou qui a été exposé aux vomissements d'une personne devrait être jeté.
- Les plats et les ustensiles devraient être nettoyés à l'eau chaude et au détergent ou dans un lave-vaisselle.
- Les vêtements souillés par du vomi ou de la diarrhée devraient aussi être lavés à l'eau chaude et au détergent.
- Les personnes qui sont malades et dont le travail consiste à manipuler de la nourriture ou à donner des soins à d'autres personnes ne devraient pas aller au travail pendant leur maladie et jusqu'à deux jours après leur rétablissement. Même si la diarrhée et les vomissements ont cessé, le virus peut rester présent dans les selles (excréments) aussi longtemps que deux semaines. Assurez-vous de vous laver soigneusement les mains souvent.
- Si une personne est atteinte du norovirus, dissuadez les gens de lui rendre visite. Il vaut mieux attendre quelques jours jusqu'après que tout le monde aille mieux et que la maison soit nettoyée et désinfectée.
- Lorsqu'un membre de la famille malade vomit ou a la diarrhée, il est bon que cette personne essaie de rester dans une pièce séparée et à l'écart des autres. Tous les membres de la famille doivent se laver les mains souvent à l'eau et au savon. Utilisez des serviettes différentes ou des serviettes en papier pour vous essuyer les mains, afin de prévenir la propagation à d'autres personnes.
- Utilisez des serviettes en papier pour absorber l'excès de liquide et jetez-les, ainsi que toute matière solide, directement dans un sac de poubelle en plastique.
- Nettoyez la zone souillée à l'eau chaude et au savon. Il ne faudrait pas utiliser le même chiffon ou la même éponge pour nettoyer d'autres parties de la maison, car cela peut propager le virus.
- Désinfectez la zone qui a été nettoyée à l'aide d'une solution à l'eau de Javel fraîchement préparée, en mélangeant une partie d'eau de Javel à neuf parties d'eau. Les nettoyants ménagers autre que l'eau de Javel ne sont pas efficaces contre la plupart des virus qui causent les vomissements et la diarrhée.
- Jetez tous les chiffons de nettoyage et les gants jetables dans un sac de poubelle en plastique.
- Lavez-vous bien les mains au savon et à l'eau chaude pendant au moins 30 secondes.

Pour les autres sujets traités dans les fiches BC HealthFile, visitez www.healthlinkbc.ca/healthfiles 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.

Comment puis-je réduire le risque d'infection lorsque je nettoie du vomi ou de la diarrhée?

Si vous nettoyez du vomi ou de la diarrhée, vous pouvez réduire le risque d'infection en prenant les précautions suivantes :

- Portez des gants jetables. On peut se servir de gants en caoutchouc réutilisables, mais ils devraient être nettoyés après usage.



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