



La maladie infectieuse pieds-mains-bouche Hand, Foot and Mouth Disease

Qu'est-ce que la maladie infectieuse pieds-mains-bouche?

La maladie infectieuse pieds-mains-bouche est causée par certains types de virus. Elle est plus courante chez les enfants de moins de 10 ans, mais les enfants plus âgés et les adultes peuvent aussi en être atteints. La plupart des cas se produisent pendant l'été ou au début de l'automne.

Quels sont les symptômes?

Les symptômes apparaissent de 3 à 5 jours suivant le contact avec une personne infectée. Le premier signe d'infection peut être une fièvre légère, parfois accompagnée d'un écoulement nasal ou d'un mal de gorge, de fatigue et de perte d'appétit. Habituellement, la fièvre dure une ou deux journées.

Environ 2 jours après l'apparition de la fièvre, de petites ampoules douloureuses peuvent apparaître à l'intérieur de la bouche, sur la langue ou sur les gencives. Un ou deux jours plus tard, de petites taches rouges peuvent apparaître sur la paume des mains, la plante des pieds et parfois sur les fesses. Ces taches rouges peuvent se transformer en ampoules. Les taches et les ampoules disparaissent généralement après environ 7 à 10 jours.

On a également signalé des cas où, dans les semaines suivant la déclaration de la maladie, la peau se met à peler et les ongles des doigts ou des orteils à tomber, particulièrement chez les enfants. Toutefois, on ne sait pas s'il s'agit du résultat de cette maladie. La perte de peau et d'ongles est temporaire.

Les personnes atteintes de la maladie infectieuse pieds-mains-bouche ne présentent pas nécessairement tous ces symptômes. Certaines peuvent aussi être infectées et ne présenter aucun symptôme.

Comment la maladie 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 les contacts personnels rapprochés, tels que les baisers, ou par le partage de verres, de fourchettes ou de cuillères. Il peut aussi se propager sous la forme de gouttelettes dans l'air, lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue. Vous pouvez être infecté lorsque vous respirez ces gouttelettes ou touchez des surfaces qu'elles ont contaminées. Le virus peut aussi se propager lorsque vous touchez des surfaces contaminées par du fluide provenant des ampoules ou des selles. Le virus peut rester plusieurs semaines dans les intestins d'une personne infectée et se propager durant cette période.

Les femmes enceintes qui contractent le virus peu de temps avant d'accoucher risquent de transmettre le virus à leur bébé. Habituellement, la maladie infectieuse pieds-mains-bouche est bénigne chez les nouveau-nés atteints. Mais, en de rares cas, la maladie peut être plus grave. Rien ne prouve clairement que l'infection durant la grossesse peut nuire au bébé à naître.

La maladie se propage très facilement dans les garderies et d'autres endroits où les enfants se trouvent ensemble, si des conditions d'hygiène adéquates ne sont pas respectées.

Comment puis-je prévenir la maladie?

Pour prévenir la maladie infectieuse pieds-mains-bouche durant et après l'infection, il est très important d'adopter une bonne hygiène. Il est possible que votre enfant ou vous-même demeuriez contagieux pendant plusieurs semaines après la disparition des ampoules et des ulcères, car le virus peut rester dans les selles.

Pour contribuer à réduire la propagation de la maladie, lavez-vous souvent les mains au savon et à l'eau chaude. Apprenez à votre enfant à éternuer ou à tousser dans un mouchoir de papier ou dans le

creux de son bras, au pli du coude. Cela prévient la transmission de gouttelettes en suspension dans l'air. Encouragez votre enfant à jeter ses mouchoirs de papier directement à la poubelle après les avoir utilisés, puis à se laver les mains de nouveau.

Votre enfant peut continuer à fréquenter la garderie s'il se sent assez bien pour participer aux activités. Si on observe des pratiques d'hygiène rigoureuses, le risque de propagation aux autres enfants est faible. Après avoir changé des couches et avant de servir ou de consommer de la nourriture en présence d'enfants et dans les garderies, prenez bien soin de vous laver les mains et de nettoyer les surfaces à fond.

Les surfaces communes et les jouets partagés devraient être nettoyés au savon et à l'eau, ainsi que désinfectés avec une solution contenant de l'eau de Javel. Pour désinfecter les surfaces, utilisez une solution préparée en mélangeant :

- 15 ml (1 c. à soupe) d'eau de Javel à 1 litre (4 tasses) d'eau.

Pour désinfecter les jouets, il faut utiliser une solution plus faible en eau de Javel, en mélangeant :

- 5 ml (1 c. à café) d'eau de Javel à 1 litre (4 tasses) d'eau.

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

Pour de plus amples renseignements sur le lavage des mains, consultez la fiche [HealthLinkBC File n° 85 Lavage des mains pour les parents et les enfants](#).

Comment traite-t-on la maladie?

Au besoin, on peut réduire la fièvre causée par cette maladie avec de l'acétaminophène (comme du Tylenol®). Pour connaître la dose à utiliser, consultez votre fournisseur de soins de santé ou lisez attentivement les instructions sur l'emballage ou la bouteille. Les antibiotiques n'aideront pas à traiter ou à guérir cette maladie.

En cas de fièvre ou de douleur, on peut donner de l'acétaminophène ou du Tylenol®. Il ne faut PAS donner d'AAS ou d'aspirine aux moins de 20 ans, en raison des risques de syndrome de Reye.

Pour de plus amples renseignements sur le Syndrome de Reye, consultez [HealthLinkBC File n° 84 Le syndrome de Reye](#).

Les ampoules guérissent plus facilement si on n'y touche pas. Ne les crevez pas. Parce que les ampoules dans la bouche peuvent être douloureuses, votre enfant peut ne pas vouloir manger ou boire.

Ne donnez à votre enfant que des liquides froids et sans saveur, comme du lait ou de l'eau. Ne lui servez pas de boissons pétillantes ou acidulées comme des boissons gazeuses ou des jus de fruits. Évitez les aliments acides ou épicés, car ils lui piqueront la bouche. Ne donnez à votre enfant que des aliments mous et froids, comme du pain, des pâtes alimentaires ou un sandwich au beurre d'arachide et à la confiture.

Rappelez-vous que, si vous soupçonnez la présence de la maladie infectieuse pieds-mains-bouche, il faut encourager une hygiène adéquate, comme se laver les mains fréquemment, pour en prévenir la propagation à d'autres personnes.

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, 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.



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