



## La rubéole Rubella

### Qu'est-ce que la rubéole?

La rubéole est une maladie causée par le virus de la rubéole.

La rubéole est généralement une maladie bénigne, mais qui peut être très grave pour les femmes enceintes et le fœtus. Si une femme enceinte contracte la rubéole, elle risque de faire une fausse couche ou une mortinaissance. Son bébé peut naître avec de graves déficiences congénitales, y compris la surdité, des problèmes oculaires, des anomalies cardiaques ou des lésions au foie, à la rate ou au cerveau. C'est ce qu'on appelle le syndrome de rubéole congénitale (SRC). Ce syndrome touche 9 bébés sur 10 nés de femmes infectées par le virus de la rubéole au cours des trois premiers mois de leur grossesse. Les cas de SRC sont rares, car de nombreuses femmes sont immunisées du fait de la vaccination systématique. Cependant, on constate encore des cas de SRC au Canada, chez les bébés nés de femmes immigrantes au Canada, car la vaccination contre la rubéole n'est pas systématique dans de nombreuses régions du monde.

### Existe-t-il un vaccin contre la rubéole?

En Colombie-Britannique, deux vaccins offrent une protection contre la rubéole :

1. Le vaccin contre la rougeole, les oreillons et la rubéole (ROR)
2. Le vaccin contre la rougeole, la rubéole, les oreillons, et la varicelle (RROV)

Ces vaccins sont offerts gratuitement dans le cadre de la vaccination routinière des enfants et à ceux qui doivent se protéger contre la rubéole. Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez les sites suivants :

- [HealthLinkBC File n° 14a : Le vaccin contre la rougeole, les oreillons et la rubéole \(ROR\)](#)
- [HealthLinkBC File n° 14e : Le vaccin contre la rougeole, la rubéole, les oreillons et la varicelle \(RROV\)](#)

### Que faire si je compte devenir enceinte?

Si vous êtes une femme en âge de procréer, assurez-vous de vous faire vacciner contre la rubéole avant de devenir enceinte. Si vous n'êtes pas immunisée (vous n'avez jamais contracté la maladie ou n'avez pas été vaccinée), vous devez recevoir le vaccin ROR, puis attendre un mois avant de devenir enceinte.

### Que faire si je suis déjà enceinte?

Si vous êtes enceinte et ne savez pas si vous êtes immunisée contre la rubéole, on vous proposera de faire un test sanguin pour vérifier votre immunité contre la rubéole dans le cadre des soins prénatals. Si vous n'êtes pas immunisée, vous devez vous faire vacciner après l'accouchement, de préférence avant même de quitter l'hôpital. Le vaccin contre la rubéole ne doit pas être administré pendant la grossesse, dans le cadre des précautions visant à éviter la prise de vaccins vivants pendant une grossesse. La vaccination d'une femme contre la rubéole pendant sa grossesse ne constitue pas une raison d'interrompre la grossesse. On n'a jamais établi que le vaccin pouvait causer le syndrome de rubéole congénitale.

### Comment la rubéole se transmet-elle?

La rubéole se transmet par le contact avec la salive ou le mucus de la bouche, du nez ou de la gorge d'une personne infectée. Lorsqu'une personne tousse ou éternue, le virus se propage par voie aérienne sous forme de gouttelettes. Vous risquez de contracter le virus si vous inhalez ces gouttelettes ou touchez des objets contaminés par le virus. En partageant de la nourriture, des boissons ou des cigarettes, ou en embrassant une personne porteuse du virus, vous courez également le risque de contracter le virus.

### Quels sont les symptômes?

Parmi les symptômes, on peut citer des éruptions cutanées, de la fièvre, des douleurs articulaires, des maux de tête, des malaises, un écoulement nasal et des yeux irrités. Les ganglions lymphatiques, situés derrière les oreilles et dans la nuque, peuvent gonfler et être douloureux.

Les éruptions cutanées, qui peuvent provoquer des démangeaisons, apparaissent d'abord sur le visage, puis se propagent vers le bas, de la tête jusqu'aux pieds, et durent de 3 à 5 jours. Environ la moitié de toutes les infections de rubéole ne présentent aucun symptôme d'éruption cutanée.

Les symptômes peuvent se manifester de 14 à 21 jours après l'infection par le virus de la rubéole. Dans la plupart des cas, ils apparaissent de 14 à 17 jours après l'exposition au virus.

### Que faire si j'ai été exposé au virus de la rubéole?

Si vous avez été exposé à une personne atteinte de la rubéole et n'avez jamais contracté cette maladie auparavant ou ni reçu une dose du vaccin contre la rubéole, vous devez vous faire vacciner pour vous protéger contre toute exposition future au virus. Communiquez avec votre fournisseur de soins de santé pour fixer un rendez-vous de vaccination.

Les femmes enceintes potentiellement exposées à la rubéole doivent consulter leur fournisseur de soins de santé afin de déterminer si elles sont immunisées contre cette maladie. Celles qui ont été exposées à la rubéole et qui n'ont pas été vaccinées devront subir des tests sanguins afin de déterminer si elles ont été infectées.

### Que dois-je faire si je pense avoir contracté la rubéole?

Si vous avez de la fièvre et des éruptions cutanées et pensez avoir contracté la rubéole, d'autant plus si vous avez eu un contact avec une personne atteinte de la rubéole ou si vous avez voyagé dans une région où une épidémie de rubéole sévit, faites-vous examiner par un fournisseur de soins de santé. Il est préférable de fixer un rendez-vous avec votre professionnel de la santé pour pouvoir le consulter rapidement et sans contaminer d'autres personnes. La rubéole se propage facilement dans des endroits comme les salles d'attente et les salles d'urgence. Le médecin ou l'infirmière de triage peut assurer que votre examen est effectué dans une zone fermée et à un moment où la salle d'attente de la clinique est vide. Apportez votre carnet de vaccination. Un examen physique, une analyse de sang et un prélèvement de la gorge ou de l'urine seront effectués pour établir ou non le diagnostic de la rubéole.

### Comment puis-je empêcher la transmission de la rubéole à d'autres personnes?

Une personne atteinte de la rubéole peut transmettre le virus à d'autres personnes à compter de sept jours avant l'apparition d'éruptions cutanées et jusqu'à sept jours ou plus après. Si vous avez contracté la rubéole, vous pouvez aider à prévenir sa propagation à d'autres personnes, surtout aux femmes enceintes, en suivant ces quelques conseils :

- Restez à la maison pendant sept jours après l'apparition des éruptions cutanées
- Lavez-vous les mains régulièrement
- Toussez ou éternuez dans un mouchoir ou votre manche plutôt que dans vos mains
- Ne partagez pas de nourriture, de boissons ou de cigarettes avec les autres et ne les embrassez pas

### En quoi consiste le traitement à domicile?

Après votre consultation auprès d'un fournisseur de soins de santé, les conseils de traitement à domicile suivants peuvent vous aider à être plus à l'aise pendant votre période de repos et de rétablissement.

- Consommez beaucoup de liquides, comme de l'eau, du jus et de la soupe, surtout si vous avez de la fièvre
- Reposez-vous bien
- Traitez la fièvre

De l'acétaminophène (p. ex. du Tylenol®) ou de l'ibuprofène\* (p. ex. de l'Advil®) peuvent être administrés pour traiter la fièvre ou les douleurs. De l'acide acétylsalicylique (AAS) (p. ex. de l'Aspirine®) ne doit pas être administré aux personnes de moins de 18 ans en raison du risque de développer le syndrome de Reye.

\*Ne donnez pas d'ibuprofène aux enfants de moins de six mois sans en parler d'abord avec votre fournisseur de soins de santé.

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

Pour de plus amples renseignements sur les vaccinations, consultez ImmunizeBC à [www.immunizebc.ca](http://www.immunizebc.ca) (en anglais seulement).



Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) 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](http://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.