

# Le norovirus

## Qu'est-ce que le norovirus?

- Le norovirus est un virus qu'on pourrait appeler la « gastro ». Il cause une inflammation de l'estomac ou des intestins. Il est très contagieux.

## Comment se propage-t-il?

Le norovirus est présent dans les selles ou le vomi des personnes infectées et se transmet facilement aux autres :

- s'ils consomment des aliments ou des liquides contaminés;
- s'ils se touchent les yeux, le nez ou la bouche après avoir touché des surfaces ou des objets contaminés; le virus peut survivre sur les surfaces pendant des jours, voire des semaines;
- s'ils ont un contact direct avec une personne infectée qui présente des symptômes.

## Quels sont les symptômes?

- Vomissements soudains, diarrhée aqueuse, nausées, crampes abdominales et malaise général.
- On peut avoir de la fièvre, un mal de tête ou des courbatures.
- Les symptômes peuvent durer de 24 à 72 heures.

## Quand les symptômes apparaissent-ils?

- Habituellement de 10 à 50 heures après l'introduction du virus dans l'organisme. La plupart des gens se sentent mieux au bout de 1 à 3 jours.

## Pendant combien de temps l'infection est-elle contagieuse?

- C'est pendant que vous êtes malade que vous êtes le plus contagieux et jusqu'à environ 3 jours après vous être rétabli. Toutefois, le virus peut être présent dans vos selles même avant que vous vous sentiez malade. Il peut vivre dans vos selles pendant 2 semaines ou plus après votre rétablissement, d'où l'importance de vous laver les mains souvent pendant cette période.

## Comment la traite-t-on?

- Il n'existe pas de traitement particulier.

- Si vous vomissez et que vous avez la diarrhée, vous devriez boire beaucoup de liquides afin de réduire le risque de déshydratation.
- Consultez un médecin au besoin.

## Comment la prévient-on?

Lavez-vous les mains souvent et à fond, surtout :

- ✓ après être allé aux toilettes;
- ✓ après avoir changé une couche;
- ✓ avant de préparer et de manger de la nourriture.
- Nettoyez et désinfectez souvent les surfaces contaminées, y compris les toilettes, les robinets, les poignées de porte, les comptoirs et les mains courantes.
- Lavez bien les fruits et les légumes avant de les manger.
- Faites bien cuire les fruits de mer.
- Ne buvez pas d'eau non traitée.
- Ne préparez pas de la nourriture et ne prenez pas soin des autres pendant que vous êtes malade.
- Gardez les nourrissons et les enfants malades loin des endroits où on manipule ou prépare des aliments.

Lavez les vêtements salis par les selles ou le vomi :

- ✓ Portez des gants pour manipuler les vêtements souillés;
- ✓ Utilisez le cycle de laveuse le plus long et faites sécher les vêtements à la machine.
- Évitez d'exposer les bébés et les jeunes enfants aux personnes qui vomissent ou qui ont la diarrhée.

Vous pourriez devoir éviter le centre de garde d'enfants, l'école, le travail ou les activités en groupe.

Pour en savoir plus long, appelez le Programme de contrôle des maladies transmissibles du Bureau de santé du district de North Bay-Parry Sound au 705 474-1400 ou au 1 800 563-2808, poste 5229.

Références :

American Academy of Pediatrics. Pickering L. K., C. J. Baker, D. W. Kimberlin et S. S. Long (dir.), *Red Book: 2015 Report of the Committee on Infectious Diseases*, 30<sup>e</sup> éd., Elk Grove Village, American Academy of Pediatrics, 2015.

Heymann, David L. *Control of Communicable Diseases Manual*, 20<sup>e</sup> éd.

Centers for Disease Control. *Norovirus Illness: Key Facts*, (2018). Récupéré du site Web suivant : [www.cdc.gov/norovirus](http://www.cdc.gov/norovirus).

Agence de la santé publique du Canada. *Norovirus*, 2014. Récupéré du site Web suivant : <http://www.phac-aspc.gc.ca/fs-sa/fs-fi/norovirus-fra.php>.

Annexe au document WI-CDC-011 – 2018-08-10

345, rue Oak Ouest  
North Bay, ON P1B 2T2  
Tel/Tél: 705-474-1400  
Fax/Télé: 705-474-2809

70, rue Joseph, unité 302  
Parry Sound, ON P2A 2G5  
Tel/Tél: 705-746-5801  
Fax/Télé: 705-746-2711

1-800-563-2808  
[www.myhealthunit.ca](http://www.myhealthunit.ca)

