



# La gastroentérite

## Qu'est ce que c'est?

- C'est une inflammation de l'estomac et des intestins qui, dans la plupart des cas, entraîne la diarrhée et des vomissements.
- La diarrhée est habituellement légère et de courte durée; les selles sont moins formées et plus liquides que d'habitude.
- Quand la diarrhée ou les vomissements sont causés par une infection, on parle alors de « gastroentérite aiguë » ou de « grippe intestinale ».
- L'infection est habituellement causée par un virus (p. ex. le rotavirus ou le norovirus). Elle peut aussi être attribuable à une bactérie (p. ex. Shigella, E. coli, Salmonella, Campylobacter ou Yersinia) ou à un parasite (p. ex. Giardia).
- Des changements alimentaires ou des médicaments, ainsi que autres causes peuvent provoquer de la diarrhée et des vomissements.

## Comment la maladie se propage-t-elle?

- Les germes peuvent se trouver dans les selles ou le vomi des personnes infectées et se transmettent facilement aux autres :
  - si elles consomment des aliments ou des boissons contaminés;
  - si elles se touchent la bouche après avoir touché des surfaces ou des objets contaminés;
  - si elles ont un contact direct avec une personne infectée qui présente des symptômes.
- Le contact avec des animaux (p. ex. les animaux domestiques ou de ferme et les reptiles) peut aussi propager les germes.

## Quels en sont les symptômes?

- Avoir des selles plus fréquentes que d'habitude et des selles moins formées et plus liquides.
- Autres symptômes possibles : fièvre, frissons, perte d'appétit, nausées, vomissements, crampes abdominales, douleurs musculaires, fatigue et présence de sang ou de mucus dans les selles.

## Quand les symptômes apparaissent-ils et pendant combien de temps la gastroentérite est-elle contagieuse?

- Cela dépend de la cause.

## Comment est-elle traitée?

- Buvez beaucoup de liquides pour éviter la déshydratation.
- Consultez un médecin si vous avez des préoccupations.

## Comment peut-on la prévenir?

- Les personnes qui ont la diarrhée ou qui vomissent ne devraient pas préparer des aliments pour les autres ni nourrir les autres. S'il le faut absolument, elles doivent bien se laver les mains avant de préparer de la nourriture ou avant de nourrir quelqu'un.
- Nettoyez et désinfectez plus souvent les salles de bain et les surfaces couramment touchées (p. ex. les poignées de porte et les robinets).

**Le lavage des mains** est la mesure la plus importante à prendre pour arrêter la propagation de la gastroentérite infectieuse. Lavez-vous les mains avec de l'eau chaude et du savon pendant au moins 15 secondes ou utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool, et ce, surtout :

- après avoir changé une couche ou aidé un enfant à aller aux toilettes ou après être allé aux toilettes;
- après avoir manipulé des animaux de compagnie, entre autres, ou leurs excréments;
- dans le cas des enfants qui ont la diarrhée, surtout s'ils portent encore des couches.

## La manipulation sécuritaire des aliments

- Lavez les fruits et les légumes, surtout si vous les mangez crus.
- Séparez les aliments crus des aliments cuits.
- Après avoir manipulé de la viande crue, lavez-vous les mains et lavez les ustensiles, les planches à découper et les surfaces afin d'évitez la contamination croisée.
- Faites bien cuire la viande, la volaille et les œufs.
- Mangez des aliments plus tôt après qu'ils soient cuits.

- Gardez les aliments chauds au chaud et les aliments froids au froid.
- Réchauffer suffisamment les aliments cuits.
- Conservez les aliments cuits de manière appropriée et conservez les aliments dans des contenants fermés en lieu sécuritaire.
- Utilisez toujours de l'eau qui a été traitée ou qui a fait l'objet d'une analyse.

Pour plus de renseignements, téléphonez au Programme de contrôle des maladies transmissibles au 705 474-1400 ou sans frais au 1 800 563 2808, poste 5229.

### Références:

American Academy of Pediatrics. Managing Infectious Disease in Child Care and Schools: A Quick Reference Guide, 6<sup>th</sup> ed. Shope, T.R. and Hashikawa, A., Eds. Itasca, IL: American Academy of Pediatrics, p. 66-67, 99-101.

Société canadienne de pédiatrie (2018) La prévention et le traitement de la diarrhée et de la déshydratation chez les enfants. Récupéré du site Web suivant:

[http://www.soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/dehydration\\_and\\_diarrhea](http://www.soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/dehydration_and_diarrhea)

Agence de la santé publique du Canada. Norovirus, 2021. Récupéré du site Web suivant :

<http://www.phac-aspc.gc.ca/fs-sa/fs-fi/norovirus-fra.php>

Gouvernement du Québec (2022) Gastro-entérite (gastro). Récupéré du site Web suivant :

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/grippe-rhume-et-gastro/gastro-enterite>

Fiche de renseignements pour le 13-CDC-1-F 2023-05-16