

Conjonctivite

Qu'est-ce que la conjonctivite?

La conjonctivite se caractérise par une rougeur et une enflure de la paroi de la paupière et de la surface de l'œil. Elle est habituellement causée par un virus ou une bactérie. Les allergies et les irritants chimiques dans l'environnement peuvent aussi causer la conjonctivite.

La conjonctivite attribuable à un virus ou à une bactérie est très contagieuse et est courante dans les garderies et les écoles.

Quels sont les symptômes?

- La conjonctivite se manifeste habituellement par une rougeur du blanc des yeux. Dans bien des cas, il y a des démangeaisons et l'œil est enflé.
- L'œil peut couler beaucoup ou il peut y avoir un écoulement de pus. Au réveil, les paupières peuvent rester collées en raison de la croûte jaune épaisse formée par le pus.
- Il peut falloir entre 24 et 72 heures après l'exposition à la conjonctivite infectieuse avant que les symptômes apparaissent.

Comment se transmet-elle?

La conjonctive se transmet par le contact avec le liquide qui coule de l'œil de la personne infectée. Elle peut aussi être transmise par le contact avec des objets sur lesquels il y a du liquide ayant coulé de l'œil, comme les jouets, les mouchoirs et les serviettes.

Les camarades de classe sont à risque d'infection s'ils entrent en contact avec la personne infectée ou un objet que cette dernière a touché.

Que faire?

Si vous croyez avoir une conjonctivite, appelez votre médecin pour connaître la meilleure façon de la traiter. Ce dernier peut habituellement diagnostiquer la conjonctivite au moyen d'un examen des yeux et en posant des questions concernant les symptômes.

Traitement

- Si votre médecin croit que la conjonctivite est causée par une bactérie, il pourrait vous prescrire des antibiotiques sous forme de gouttes. Le traitement aux antibiotiques fait habituellement disparaître les symptômes en deux ou trois jours. Toutefois, les antibiotiques ne sont efficaces que pour la conjonctivite d'origine bactérienne.
- Les cas de conjonctivite attribuable à un virus doivent suivre leur cours. La conjonctivite virale est contagieuse pendant quelques jours et disparaît au bout d'environ sept à dix jours.
- La conjonctivite causée par une allergie ou un produit chimique ne disparaîtra pas tant que vous n'éviterez pas la source. Utilisez des gouttes pour les allergies et des médicaments pour soulager les symptômes.

Est-ce que les enfants atteints de conjonctivite doivent être exclus de la garderie ou de l'école?

S'il y a un écoulement jaune ou vert de l'œil infecté, l'enfant devrait être exclu de la garderie ou de l'école. Il peut y retourner 24 heures après avoir entrepris un traitement aux antibiotiques.

Prévention

- **Un bon lavage des mains** est la meilleure façon de prévenir la transmission de l'infection. Assurez-vous de bien vous laver les mains après avoir touché aux yeux.

Un bon lavage des mains comprend six étapes :

- **Se mouiller les mains** sous l'eau courante tiède;
- **Appliquer du savon liquide;**
- **Faire mousser en frottant les mains pendant 20 secondes;**
- **Rincer** sous l'eau courante;
- **Sécher** les mains avec un essuie-tout;
- **Utiliser l'essuie-tout pour fermer les robinets.**

Vous pouvez utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool en plus de vous laver les mains.

- **Appliquer le désinfectant sur les mains.** Une quantité de la taille de l'ongle du pouce est suffisant.
 - **Se frotter les mains ensemble jusqu'à ce que l'alcool se soit évaporé.** Les mains seront sèches au bout d'environ 15 secondes.
- **S'assurer que toutes les personnes infectées reçoivent le traitement qui s'impose.**
 - Pour prévenir la propagation de l'infection à d'autres, **éviter les sports de contact, les activités qui nécessitent le partage de matériel et la natation** jusqu'à ce que l'infection ait été traitée.
 - **Éviter de partager les articles personnels tels que les débarbouillettes, les serviettes, les taies d'oreillers et le maquillage.** Lavez toute la literie qui entre en contact avec l'œil infecté et jetez tout le maquillage qui aurait pu toucher à l'œil.

Vous pouvez laver les jouets avec un désinfectant doux, comme une solution de 1 : 500 d'agent de blanchiment et d'eau (environ 100 ppm). Pour ce faire, mélangez 20 ml (4 c. à thé) d'agent de blanchiment et 10 l (40 tasses) d'eau.

- **Nettoyer et désinfecter** les salles communes, surtout dans les écoles et les garderies. Suivez à la lettre les instructions du fabricant de désinfectant et laissez le désinfectant sur la surface pour la durée minimale indiquée sur l'étiquette.

Pour en savoir plus long, communiquez avec le Service des maladies transmissibles et de la santé sexuelle au 519 663-5317, poste 2330, ou visitez www.healthunit.com.

Adaptation de :

Site Web de la Mayo Clinic, « Pink Eye (Conjunctivitis) ». Consulté le 15 mai 2008
<http://www.mayoclinic.com/health/pink-eye/DS00258>.

mai 2008

www.healthunit.com