

La listériose et la grossesse

Qu'est-ce que la listériose?

On appelle listériose l'infection qu'on contracte quand on mange des aliments contaminés par la bactérie *Listeria*. *Listeria monocytogenes* est une bactérie très répandue dans l'environnement. On la trouve couramment dans la terre, la végétation en putréfaction et l'eau. Les personnes et les animaux peuvent en être porteurs sans jamais devenir malades.

On a déjà associé les éclosions de listériose à la consommation de lait non pasteurisé (cru), de fromage mou, de légumes et de viandes prêtes à manger.

La maladie pendant la grossesse :

- Il arrive que des adultes en bonne santé deviennent infectés, mais la maladie est habituellement bénigne et on s'en remet sans traitement. Les symptômes de listériose chez les personnes en bonne santé peuvent inclure une fièvre, des douleurs musculaires, des nausées ou une diarrhée.
- Les symptômes peuvent apparaître de 3 à 70 jours après la consommation d'aliments contaminés bien que l'infection se manifeste habituellement environ trois semaines après l'exposition.
- La maladie est tout aussi bénigne chez la femme enceinte, mais l'infection pourrait avoir un effet sur le bébé à naître et entraîner l'accouchement prématuré, la mortinaissance ou l'infection du nouveau-né.
- Dans le cas de l'infection du nouveau-né, la bactérie peut être transmise de la mère au fœtus pendant la grossesse ou pendant l'accouchement.

Les femmes enceintes devraient consulter un médecin si elles présentent des symptômes de listériose.

Le dépistage

L'analyse la plus couramment utilisée pour dépister la listériose est l'analyse sanguine. Le test de dépistage n'est pas recommandé chez les personnes qui ne sont pas malades, même si elles ont consommé des aliments qu'on croit avoir été contaminés par *Listeria*.

Le traitement

La listériose se traite au moyen d'antibiotiques. Le traitement précoce des femmes enceintes présentant des symptômes de listériose peut prévenir l'infection chez le bébé. Les personnes qui ne présentent aucun symptôme ne devraient pas se faire traiter aux antibiotiques.

La prévention

Il faut toujours manipuler les aliments de façon sécuritaire pour prévenir l'intoxication alimentaire. En plus de suivre les recommandations générales en matière de manipulation sûre des aliments, les femmes enceintes auraient intérêt à éviter certains aliments pour réduire le risque d'être infectées par la listériose.

- × **Évitez les saucisses à hot-dogs, les viandes froides et les viandes de charcuterie à moins qu'elles aient été réchauffées** jusqu'à ce qu'elles soient fumantes (74 °C). Évitez que le liquide des paquets de saucisses à hot-dogs coule sur d'autres aliments, des ustensiles et les surfaces de préparation de la nourriture. Lavez-vous les mains après avoir touché à des saucisses à hot-dogs, à des viandes froides et à des viandes de charcuterie.
- × **Évitez les fromages mous** comme le féta, le brie et le camembert, les fromages veinés de bleu ou les fromages mexicains tels que le queso blanco, le queso fresco et le Panela, à moins qu'ils portent une étiquette indiquant clairement qu'ils sont faits de lait pasteurisé.
- × **Évitez les pâtés ou les tartinades à la viande réfrigérés.** Les pâtés et les tartinades à la viande en conserve ou de longue conservation peuvent être consommés.
- × **Évitez les fruits de mer fumés réfrigérés** à moins qu'ils fassent partie d'un mets cuit, comme un mets en cocotte. Les fruits de mer fumés réfrigérés, comme le saumon, la truite, le corégone, la morue, le thon ou le maquereau, portent habituellement les étiquettes « nova-style », « lox », « fumé » ou « séché ». Le poisson se trouve dans la section réfrigérée ou le comptoir déli des épicereries et des charcuteries. On peut manger des fruits de mer fumés en conserve ou de longue conservation.

Les aliments contaminés par *Listeria* n'ont pas mauvaise apparence ou mauvaise odeur.

Pour en savoir plus long sur la listériose, consultez la feuille de renseignements du Bureau de santé de Middlesex-London sur la *listériose*.

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

Références

Heymann, D. L. *Control of Communicable Diseases Manual* (18^e éd.) Washington, American Public Health Association, 2004.

Site Web des Centres for Disease Control and Prevention. « Listeriosis ». Consulté le 29 août 2008; http://www.cdc.gov/nczved/dfbmd/disease_listing/listeriosis_gi.html.

Site Web de l'Agence ontarienne de protection et de promotion de la santé. « *Listeria monocytogenes* A Clinical Practice Guideline ». Consulté le 2 septembre; <http://www.oahpp.ca/healthbulletins.php>.

Septembre 2008