

L'infection à norovirus

Qu'est-ce que le norovirus?

Les norovirus sont une cause courante de maladie gastro-intestinale. Auparavant, l'infection à norovirus était connue sous le nom de gastro-entérite de type Norwalk. On l'appelle parfois « gastro » ou « gastro-entérite virale ».

L'infection à norovirus peut survenir n'importe quand pendant l'année, mais elle apparaît le plus souvent pendant la saison froide; c'est pendant l'hiver que les éclosions sont les plus courantes. De plus, les éclosions ont été associées à des banquets, à des paquebots de croisière, à des piscines, à des écoles et à des restaurants.

Les norovirus sont présents dans les selles et les vomissures des personnes infectées. Ils se propagent d'une personne à l'autre par voie oro-fécale, c'est-à-dire que les virus dans les selles ou les vomissures infectées aboutissent dans la bouche d'une personne et rend cette dernière malade. Les norovirus peuvent aussi se transmettre par de la nourriture et de l'eau contaminées.

Quels sont les symptômes d'une infection à norovirus?

Les symptômes comprennent des vomissements, une diarrhée liquide, des crampes abdominales et des nausées. Ils apparaissent soudainement de 12 à 48 heures après l'ingestion du virus.

Certaines personnes présentent aussi :

- des douleurs musculaires;
- de la fatigue;
- un malaise général;
- un mal de tête;
- une faible fièvre et des frissons.

Les enfants peuvent avoir une diarrhée légère à modérée, sans vomissements.

Les symptômes d'une infection à norovirus durent habituellement de 24 à 60 heures. La plupart des personnes se sentent mieux au bout de deux ou trois jours sans éprouver de complications graves pour la santé.

Il est important de remplacer les liquides perdus pour prévenir la déshydratation. Les enfants très jeunes, les personnes âgées et les personnes dont le système immunitaire est affaibli sont à risque de devenir déshydratés et pourraient nécessiter des soins médicaux.

Comment contracte-t-on l'infection à norovirus?

Les norovirus sont très contagieux. En effet, les selles et les vomissures des personnes infectées peuvent contenir une grande quantité du virus. Dans la moitié des cas, le virus est excrété (éliminé) pendant 5 à 7 jours après l'apparition des symptômes. Chez 25 % des personnes infectées, l'excrétion peut se poursuivre jusqu'à trois semaines, et même plus longtemps chez les personnes dont le système immunitaire est affaibli.

Les norovirus peuvent survivre dans le milieu pendant au moins 12 jours. Les personnes peuvent les contracter en touchant à des objets contaminés. Elles peuvent ensuite transmettre l'infection à leurs collègues, aux membres de leur ménage et à d'autres personnes de leur entourage.

Certaines personnes, surtout les enfants, peuvent être infectées et ne présenter aucun symptôme. Elles sont tout de même contagieuses.

L'infection à norovirus se contracte de plusieurs façons :

- **Par le contact direct avec une personne infectée :**
 - ⇒ quand on prend soin d'un malade;
 - ⇒ quand on partage des aliments ou des ustensiles avec une personne malade;
 - ⇒ par les mains non lavées d'une personne malade après qu'elle est allée aux toilettes.
- **En touchant à du matériel, à des surfaces ou à des objets contaminés.**
- **Le virus peut se propager dans les airs quand une personne vomit :**
 - ⇒ des particules du virus peuvent se poser sur la nourriture ou les surfaces dans les salles à manger, sur d'autres surfaces ou sur les tapis;
 - ⇒ la personne qui nettoie les vomissures pourrait inspirer, par la bouche, des particules qui se trouvent dans les airs;
 - ⇒ on peut propager des particules du virus dans les airs quand on passe le balai ou l'aspirateur.
- **En buvant de l'eau ou d'autres boissons contaminées par le norovirus :**
 - ⇒ boire de l'eau et des glaçons provenant d'une source contaminée, ce qui peut se produire quand on voyage à l'étranger.

Qui est à risque de contracter une infection à norovirus?

N'importe qui, peu importe son âge, peut être infecté par les norovirus. Les infections et les éclosions surviennent souvent dans les garderies, les maisons de soins infirmiers et d'autres établissements pour enfants et adultes où les gens vivent et travaillent à proximité les uns des autres. L'infection peut facilement se propager dans les ménages.

Comme il y a plusieurs types de norovirus et que l'immunité au virus est habituellement de courte durée, on peut avoir l'infection à norovirus plus d'une fois dans sa vie. En effet, on peut être infecté par plus d'un type de norovirus pendant une saison d'éclosions.

Comment diagnostique-t-on l'infection à norovirus?

La combinaison des symptômes, la durée de la maladie et la présence d'une maladie semblable chez d'autres personnes dans la communauté pourraient indiquer une infection à norovirus.

Comme les symptômes ressemblent à ceux d'autres maladies gastro-intestinales, on effectue une analyse en laboratoire pour dépister les norovirus.

Comment peut-on prévenir l'infection à norovirus?

- ✓ **Si vous êtes malade, restez chez vous jusqu'à au moins 48 heures après la disparition des symptômes.** Vous contribuerez ainsi à réduire la propagation de l'infection. Les enfants dans les milieux collectifs devraient rester à la maison s'ils ne se sentent pas assez bien pour prendre part aux activités.
- ✓ **Lavez-vous bien les mains avec du savon et de l'eau,** surtout après être allé aux toilettes, avoir changé une couche et avoir touché au linge sale ainsi qu'avant de manger et à toutes les étapes de préparation de la nourriture (avant, pendant et après).
- ✓ **Lavez bien les fruits et les légumes** crus sous l'eau froide courante avant de les manger et réchauffez les huîtres à la vapeur avant de les consommer.

- ✓ **Les personnes** qui ont la diarrhée ou qui vomissent **ne devraient PAS préparer de nourriture** pour les autres jusqu'à ce qu'ils soient sans symptômes pendant **au moins 48 à 72 heures**.
- ✓ **Les personnes qui ont la diarrhée ou qui vomissent** et qui vivent en établissement devaient être **isolées immédiatement et gardées à l'écart** des autres pour un **minimum de 48 à 72 heures** après la fin des symptômes.
- ✓ **Les visiteurs à un établissement** devraient bien **SE LAVER LES MAINS** avant d'entrer dans l'établissement ainsi qu'avant et après leur visite.
- ✓ Il faut enlever immédiatement **les draps, serviettes, vêtements et autres articles lavables qui pourraient être contaminés par des selles ou des vomissures** en prenant soin de les agiter le moins possible. Il faut les laver à l'eau chaude avec du détergent. Une température de plus de 60 °C/140 °F rend les norovirus inactifs.
- ✓ **Il faut nettoyer les vomissures avec soin** avec des essuie-tout absorbants, qu'on jette par la suite. Il faut jeter les selles dans la toilette.
- ✓ **Il faut laver et désinfecter les salles de bain et toutes les surfaces que l'on touche avec les mains** au moins une fois par jour ou plus souvent, au besoin, avec un produit qui élimine efficacement les norovirus.
 - Pour désinfecter avec une **solution d'eau de Javel et d'eau** (environ 1 000 ppm), mélangez 20 ml (4 c. à thé) d'eau de Javel non parfumée et 1 000 ml (4 tasses) d'eau.
 - ⇒ Préparez une nouvelle solution tous les jours pour qu'elle soit assez forte.
 - ⇒ Laissez la solution sur la surface pendant au moins une minute ou laissez-la sécher à l'air.
 - ⇒ Avant de désinfecter une surface, il faut la laver avec du savon et de l'eau.
- ✓ Il n'est **pas** recommandé de **passer l'aspirateur** sur les tapis ni de polir les planchers pendant une éclosion, car cela risque de faire circuler les norovirus de nouveau.

Pour en savoir plus long, appelez la Division des maladies transmissibles au 519 663-5317, poste 2330, ou visitez le www.healthunit.com.

Références

Centers for Disease Control and Prevention (2010). *Noroviruses: Q&A*. Récupéré le 15 mars 2010 de www.cdc.gov/ncidod/dvrd/revb/gastro/norovirus-qa.htm.

Heymann, D. L. *Control of Communicable Diseases Manual* (19th ed.), Washington: American Public Health Association, 2008.

CCPMI. *Pratiques exemplaires en matière de nettoyage de l'environnement en vue de la prévention et de la lutte contre les infections*, Toronto, Imprimeur de la Reine pour l'Ontario, 2009.

Pickering, L. K. (dir). « Human Calicivirus Infections (Norovirus and Sapovirus) », dans le 2009 *Red Book: Report of the Committee on Infectious Diseases* (28th ed; p. 241-242), Elk Grove Village, *American Academy of Pediatrics*, 2009.

Mis à jour en août 2010