

Salmonellose

Santé publique – Fiche de renseignements

Qu'est-ce que la salmonellose?

Salmonella est une bactérie, ou microbe, qui est souvent présente dans l'estomac et les intestins des animaux de compagnie et des animaux sauvages. Il existe plusieurs types de la bactérie *Salmonella*. Une personne infectée par la bactérie devient atteinte de salmonellose, qu'on appelle parfois un empoisonnement alimentaire.

Quels sont les symptômes de la salmonellose?

Les symptômes de la salmonellose peuvent comprendre des crampes abdominales, de la diarrhée, de la fièvre, des nausées et des vomissements. La diarrhée peut parfois être si grave que la personne perd de grandes quantités de liquides corporels (électrolytes) et devient très malade. Si cela se produit, il faut obtenir une aide médicale. Les personnes âgées et les bébés risquent le plus de devenir gravement malades.

Quand commencent les symptômes et combien de temps durent-ils?

Les symptômes peuvent apparaître soudainement de six à 72 heures après l'exposition au microbe. La plupart des personnes commencent à se sentir malades entre 12 et 36 heures après avoir été infectées. La maladie dure habituellement de quatre à sept jours et la plupart des personnes guérissent sans traitement.

Qu'est-ce qui cause la salmonellose?

La maladie est le plus souvent attribuable à la consommation d'aliments contaminés, par exemple de la viande crue, de la volaille ou des œufs qui n'ont pas été suffisamment cuits. Le lait et les produits laitiers crus (non pasteurisés), ainsi que l'eau contaminée peuvent également contenir la bactérie. Il est aussi possible de devenir infecté en touchant les matières fécales (selles) de personnes infectées (en particulier d'enfants qui ont la diarrhée) et d'animaux sauvages ou de compagnie, sans se laver ensuite correctement les mains.

Comment se transmet la bactérie?

Salmonella se transmet généralement par un aliment contaminé ou une autre substance contaminée qui pénètre dans la bouche. Il est possible de devenir infecté par la bactérie *Salmonella* :

- en touchant à des friandises crues pour les animaux sans se laver ensuite correctement les mains;
- en mangeant des fruits et des légumes qui n'ont pas été lavés;
- en ne nettoyant pas correctement les comptoirs et les surfaces de travail utilisés pour la préparation de la viande crue et des autres aliments dans la cuisine.

Les aliments peuvent aussi être contaminés par des personnes qui manipulent régulièrement de la nourriture (par exemple, les commis d'épicerie, etc.) et ne se lavent pas les mains à fond à l'eau et au savon après avoir touché à la viande crue ou avoir utilisé les toilettes. La maladie, la salmonellose, est plus courante l'été que l'hiver.

Que faire si vous croyez être atteint de la salmonellose?

Si vous croyez être infecté par la salmonellose, vous devez consulter votre médecin pour subir des tests de dépistage, recevoir des conseils et être traité.

Comment la salmonellose est-elle diagnostiquée?

Le diagnostic est confirmé lorsque la bactérie *Salmonella* est identifiée dans les selles. La bactérie peut parfois aussi se trouver dans le sang. Un échantillon de selles doit être envoyé au laboratoire, qui dispose de méthodes spécialisées pour cultiver le microbe et l'identifier.

Comment l'infection est-elle traitée?

La plupart des personnes guérissent habituellement sans traitement. Votre médecin décidera si un traitement est nécessaire dans votre cas précis. Les personnes atteintes de salmonellose doivent boire beaucoup de liquides clairs (par ex., de l'eau, des jus et des soupes claires), afin de prévenir la déshydratation causée par la diarrhée. Pour faciliter la guérison, il faut se reposer et manger des aliments faciles à digérer (par ex., des bananes et des craquelins de riz). Prendre des médicaments sans ordonnance pour faire cesser la diarrhée (par ex., Immodium) n'est **pas** recommandé.

Comment peut-on se protéger contre la salmonellose?

Voici quelques exemples de conseils pour réduire vos risques de contracter la salmonellose.

- Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau avant et après :
 - avoir utilisé les toilettes,
 - avoir changé une couche,
 - avoir mangé ou préparé de la nourriture,
 - avoir manipulé des animaux (animaux de compagnie, d'élevage ou sauvages).
- Évitez de manger du bœuf, du porc ou de la volaille qui n'ont pas été bien cuits.
- Évitez de manger des œufs coulants.
- Évitez de consommer du lait cru ou non pasteurisé, ou d'autres produits laitiers crus.
- Lavez les fruits et les légumes à fond avant de les manger.
- Entrez-les et réfrigérez la nourriture correctement.
- Lavez à fond les surfaces de travail (comptoirs, planches à découper, etc.) utilisées pour la préparation de viandes crues et d'autres aliments, afin d'éviter la contamination croisée.
- Si vous voyagez dans des pays sous-développés, évitez :
 - les aliments crus qui ne peuvent pas être pelés,
 - les aliments cuits qui ne sont pas chauds,
 - la nourriture vendue dans la rue.

Si vous voyagez dans des endroits où boire l'eau n'est peut-être pas sécuritaire, évitez les boissons qui contiennent des glaçons.

Pensez aux autres

Évitez la transmission.

Comment une personne infectée peut-elle éviter de transmettre la salmonellose aux autres?

Si vous contractez la salmonellose, n'allez pas travailler pendant que vous avez de la diarrhée et des vomissements. Il est recommandé d'attendre 48 heures (deux jours) après le dernier épisode de diarrhée ou de vomissement avant de retourner travailler. Vous aurez ainsi l'occasion de vous remettre et réduirez les risques de transmission aux autres.

Les personnes atteintes de salmonellose doivent se laver les mains plus souvent. Cette mesure est particulièrement importante après avoir utilisé les toilettes et avant de manipuler de la nourriture. Il est important de réaliser que vous pouvez rendre d'autres personnes malades.

Y a-t-il des emplois où la bactérie peut être transmise plus facilement?

Oui. Si vous travaillez dans un milieu où vous manipulez de la nourriture ou êtes en contact étroit avec d'autres personnes (par exemple, dans une cuisine, un restaurant, un hôpital, une garderie ou un foyer de soins personnels) et que vous contractez la salmonellose, il est particulièrement important que vous arrêtiez de travailler pendant la période où vous avez de la diarrhée et des vomissements et que vous attendiez 48 heures (2 jours) après votre dernier épisode de diarrhée ou de vomissement avant de retourner travailler.

Un enfant infecté par la salmonellose peut-il tout de même aller à la garderie?

Si votre enfant est atteint de salmonellose, il n'est pas recommandé de l'envoyer à la garderie. Si cela n'est pas possible, les soins de votre enfant devraient être administrés dans un endroit séparé de la garderie, jusqu'à ce que la diarrhée cesse.

Y a-t-il d'autres renseignements utiles?

Les reptiles (par ex., les tortues, les serpents, les lézards) et les amphibiens (par ex., les grenouilles, les salamandres) peuvent être porteurs de la bactérie *Salmonella*. Il faut se laver les mains à fond à l'eau et au savon immédiatement après avoir manipulé ces animaux ou après avoir touché à des éléments de leur environnement (cage, nourriture). Les jeunes enfants devraient éviter de toucher à ces animaux ou d'avoir des contacts avec leur environnement ou leur nourriture. Les bébés doivent être tenus éloignés des aires d'alimentation des animaux.

Certaines friandises pour animaux sont faites d'autres animaux (par ex., les oreilles de cochon, les rongeurs congelés) qui peuvent avoir été porteurs de la bactérie *Salmonella*; elles peuvent donc rendre les humains malades. Il est important de se laver les mains à fond après avoir touché à ce genre de produit. Les jeunes enfants, les aînés et les personnes dont le système immunitaire est affaibli (par exemple, celles qui vivent avec le VIH ou le cancer, les patients ayant subi une transplantation qui prennent des médicaments immunosuppresseurs) ne devraient pas toucher aux friandises pour animaux faites de parties d'autres animaux.

Pour plus de détails

Adressez-vous à votre médecin ou fournisseur de soins de santé, à votre unité locale de la santé publique ou à Health Links-Info Santé au 204-788-8200 à Winnipeg, sans frais au 1-888-315-9257 à l'extérieur de Winnipeg.

Vous trouverez également des renseignements sur le site Web de Santé Manitoba au www.gov.mb.ca/health/publichealth/cdc/protocol/salmonellosis.pdf.