

## Informations sur les agents pathogènes chez l'homme – L'hygiène protégée !

### Que sont les ECEH ?

ECEH signifie *Escherichia coli* entérohémorragique. Ces bactéries se trouvent dans l'intestin des ruminants tels que les bœufs, les moutons, les chèvres, les chevreuils ou les cerfs. Elles peuvent produire certaines toxines appelées shigatoxines. En règle générale, elles ne rendent pas les animaux malades. Mais si de tels germes sont transmis à l'homme, ils peuvent provoquer des maladies diarrhéiques, en partie accompagnées de complications graves.

### Comment les ECEH se transmettent-elles ?

#### *D'animal à homme*

Les bactéries sont éliminées dans les excréments des animaux infectés. Étant donné que les ECEH sont relativement insensibles, elles peuvent survivre dans la nature pendant des semaines. Elles sont très contagieuses, en effet une quantité réduite de germes suffit pour transmettre la maladie. La fourrure des bœufs et autres ruminants peut être contaminée par des restes d'excréments. En touchant et caressant les animaux, les bactéries peuvent être transmises aux mains, et de là accéder à la bouche. Le fait de jouer dans des prés sur lesquels sont détenus des ruminants présente également un risque de contamination pour les enfants.

#### *Par les aliments*

Les aliments crus ou non suffisamment cuits peuvent également transmettre les bactéries à l'homme.

#### *Aliments les plus touchés par les ECEH :*

- ▶ Le lait cru et les produits à base de lait cru
- ▶ Les produits à base de viande crus ou insuffisamment cuits tels que la viande hachée de bœuf (par ex. hamburger) et les saucisses crues à tartiner de type « Teewurst » (pâté de porc séché)
- ▶ Les aliments végétaux tels que les légumes contaminés par les agents pathogènes via le fumier ou de l'eau contaminée
- ▶ Les jus de fruits non pasteurisés fabriqués à partir de fruits contaminés
- ▶ Les graines utilisées pour cultiver les germes de jeunes pousses
- ▶ Tous les plats auxquels les agents pathogènes ont été transmis depuis les aliments contaminés, directement ou indirectement par des mains sales ou des ustensiles de cuisine.

#### *D'homme à homme*

Les personnes infectées par ECEH éliminent les agents pathogènes dans les selles. Il existe un risque de contamination d'homme à homme via une infection par contact. Dans ce cas, les agents pathogènes sont transmis par les infimes traces de restes de selles des personnes infectées jusqu'à leurs mains puis de mains à mains et accèdent ensuite facilement à la bouche.

#### *Par objets contaminés*

En cas de mauvaise hygiène des mains, les bactéries peuvent également adhérer sur les objets touchés puis être transmises à partir de là.

#### *Par l'eau contaminée*

Les agents pathogènes peuvent également accéder au système gastro-intestinal de l'homme en se baignant dans des eaux contaminées par des matières fécales. Il n'existe aucun risque dans les piscines car le chlore élimine les ECEH de façon sûre.

### Quels sont les symptômes de la maladie ?

Les symptômes prédominants sont les diarrhées aqueuses. À cela peuvent s'ajouter des nausées, vomissements et maux de ventre, plus rarement de la fièvre. La forme sévère de la maladie peut se manifester par des diarrhées contenant du sang avec des crampes abdominales et partiellement de la fièvre. Le syndrome hémolytique et urémique (SHU) est une **complication** redoutée, principalement chez les enfants. Il se manifeste par des troubles de la coagulation et par une destruction des globules rouges. À ceci vient s'ajouter un dysfonctionnement des reins, nécessitant souvent un traitement temporaire par dialyse. Des modifications neurologiques (par ex. des crises d'épilepsie) peuvent également survenir. Dans certains cas, le SHU peut entraîner des affections rénales irréversibles ou la mort.

### Quand la maladie se déclare-t-elle et combien de temps est-elle contagieuse ?

La maladie se déclare en règle générale trois à quatre jours, parfois jusqu'à dix jours après la contamination. Une infection peut cependant également n'entraîner aucun symptôme. Même lorsque les symptômes ont déjà disparu, les agents pathogènes peuvent encore être éliminés pendant plusieurs jours jusqu'à plusieurs semaines dans les selles, et pendant une période encore plus longue chez les enfants. Tant que les agents pathogènes sont éliminés, il existe un risque de contamination pour les autres personnes, en particulier les personnes en contact direct dans la famille ou les institutions communautaires.

### Qui est particulièrement vulnérable ?

L'ECEH est principalement contractée par les nourrissons et enfants en âge préscolaire. Cette catégorie ainsi que les personnes âgées ou souffrant d'une déficience immunitaire sont particulièrement menacées par les évolutions graves et les complications.

### Que faire en cas de contamination ?

- ▶ Consultez un médecin en cas de diarrhées sévères ou de selles contenant du sang. Les nourrissons, enfants en bas âge et personnes âgées ou souffrant d'une déficience immunitaire doivent dans tous les cas subir un examen médical au plus tôt car ils sont très sensibles à la perte de liquide entraînée par les vomissements ou les diarrhées.
- ▶ En cas de diarrhée, il est important de boire beaucoup d'eau. Veillez à une alimentation facile à digérer avec un apport suffisant en sel. En cas d'évolution grave de la maladie, des solutions substitutives d'électrolytes disponibles en pharmacie peuvent s'avérer judicieuses.
- ▶ Un traitement par antibiotiques n'est en règle générale pas judicieux. Il peut faire empirer l'évolution de la maladie. N'utilisez également aucun médicament à effet constipant contre la diarrhée, car ils peuvent retarder l'élimination des agents pathogènes.
- ▶ Les personnes infectées doivent être mises à l'écart très tôt (par ex. dans leur propre chambre) et limiter le contact rapproché avec d'autres personnes dans la mesure du possible.
- ▶ La personne infectée doit si possible utiliser ses propres toilettes.

## Informations sur les agents pathogènes chez l'homme – L'hygiène protégée !

### Que faire en cas de contamination ?

- ▶ Veillez à une bonne hygiène des mains et de l'équipement sanitaire. Après le passage aux toilettes ou après avoir changé les couches d'enfants malades, lavez-vous toujours soigneusement les mains avec du savon et obligez votre enfant malade à faire de même. Ceci s'applique également lorsque les symptômes ont disparu.
- ▶ Ne préparez aucun repas pour d'autres personnes si vous êtes vous-mêmes infecté.
- ▶ Nettoyez immédiatement soigneusement les surfaces et objets ayant pu être en contact avec des liquides corporels et des selles de personnes infectées avec des produits d'entretien courants. Il est recommandé de porter des gants jetables comme protection supplémentaire contre les infections. Lavez-vous soigneusement les mains après avoir enlevé les gants.
- ▶ Changez régulièrement les chiffons à nettoyer, le linge, les gants de toilette et les serviettes des personnes contaminées et lavez-les à 60°C minimum.
- ▶ En cas de maladie, demandez conseil le cas échéant au sujet des produits désinfectants appropriés pour les mains ou les surfaces de petite taille et observez les recommandations de votre médecin ou de l'administration de santé.
- ▶ Les réglementations de la loi allemande sur la protection contre les infections s'appliquent en cas de contamination par l'ECEH. Les enfants et adultes chez qui la contamination par ECEH a été confirmée ou chez qui elle est soupçonnée ne doivent pas fréquenter ou travailler dans des institutions communautaires telles que les écoles ou les jardins d'enfants pendant un certain temps. Cela s'applique également aux personnes pour lesquelles un cas de maladie ou un soupçon est apparu dans l'institution communautaire qu'elles fréquentent. Les personnes concernées doivent informer l'institution communautaire de la maladie.
- ▶ C'est le médecin traitant ou l'administration de santé compétente qui décidera du moment pour retourner au travail ou dans l'institution communautaire.
- ▶ Si vous êtes en contact avec des aliments dans le cadre de votre activité professionnelle et que vous êtes atteint(e) de vomissements et/ou de diarrhées contagieuses, il vous est temporairement interdit d'aller travailler.

### Comment me protéger ?

#### Bonne hygiène des mains

- ▶ Lavez-vous soigneusement les mains à l'eau et au savon après chaque passage aux toilettes, avant la préparation de repas et avant de passer à table.
- ▶ Si vous vous rendez dans une ferme ou un petit zoo, veillez tout particulièrement à ce que les enfants ne portent pas leurs doigts à leur bouche ou ne mangent pas avec des mains non lavées. Les mains doivent être lavées à l'eau et au savon après chaque contact avec des animaux ou avec la terre.

#### Bonne hygiène en cuisine : comment manipuler les aliments correctement

- ▶ Faites bouillir le lait cru (lait non pasteurisé) avant de le consommer.
- ▶ Pour vous protéger de l'ECEH, conservez les aliments d'origine animale au réfrigérateur, et conservez et préparez la viande crue séparément des autres aliments et cuisez-la au minimum à 70°C pendant au moins 10 minutes avant de la consommer. Cuisez la viande à cœur.
- ▶ Pour préparer les produits de viande crus, utilisez des surfaces de travail et ustensiles de cuisine séparés, tels que les planches à découper et couteaux. Lavez ensuite ces derniers soigneusement à l'eau chaude et au produit vaisselle ou au lave-vaisselle, même ceux ayant été au contact de l'emballage de la viande ou de l'eau de condensation. Lavez-vous ensuite soigneusement les mains au savon.
- ▶ Lavez soigneusement ou épluchez les fruits et légumes crus avant de les consommer.
- ▶ Laissez germer les pousses au maximum à température ambiante. Stockez-les séparément des autres aliments, de préférence au réfrigérateur, et consommez-les le plus rapidement possible. Les pousses germées doivent être suffisamment chauffées ou au minimum soigneusement lavées avant d'être consommées. Lavez ensuite soigneusement les ustensiles de cuisine utilisés. N'oubliez pas de vous laver les mains.
- ▶ Par mesure de précaution, les personnes dont le système immunitaire n'est pas encore à maturité ou est affaibli, comme les enfants en bas âge, les personnes âgées ou celles souffrant de maladies chroniques comme par ex. le diabète ainsi que les femmes enceintes doivent uniquement consommer les pousses germées suffisamment chauffées et renoncer à consommer des saucisses crues ainsi que des fromages au lait cru.

### Où puis-je m'informer ?

L'administration de santé locale se tient à votre disposition pour vous conseiller et répondre à vos questions. Étant donné que les réglementations de la loi allemande sur la protection contre les infections s'appliquent en cas de diarrhées contagieuses, elle vous fournira des informations sur la situation actuelle et dispose d'une grande expérience en la matière. Vous trouverez également des recommandations aux consommateurs sur le site Internet de l'Institut fédéral pour l'évaluation des risques, Bundesinstitut für Risikobewertung ([www.bfr.bund.de](http://www.bfr.bund.de)). Vous trouverez des informations sur cette maladie sur le site web de l'Institut Robert Koch ([www.rki.de/ehec](http://www.rki.de/ehec)). Vous trouverez d'autres informations sur la protection contre les infections par l'hygiène sur la page du Centre fédéral pour l'éducation à la santé, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ([www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)).



STEMPEL

#### Éditeur :

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Cologne.  
Tous droits réservés.

Rédigé en collaboration avec le Bundesverband der Ärztinnen und Ärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes e.V. (fédération allemande des médecins de la santé publique) et avec l'approbation de l'Institut Robert Koch.

Ces informations publiques peuvent être consultées et téléchargées gratuitement sur le site web [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de).