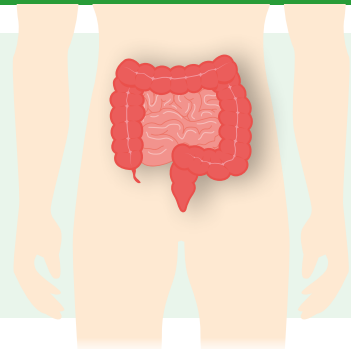


Ce que vous devez savoir sur la ...

# GASTROENTÉRITE VIRALE (GEV)

La gastro-entérite, aussi appelé « gastro » est une inflammation de l'estomac et de l'intestin. Elle peut être causée par un virus, une bactérie, un parasite ou suite à la consommation d'un produit chimique ou une drogue. Lorsqu'elle est causée par un virus on l'appelle gastroentérite virale (GEV). Elle est très contagieuse et peut provoquer des complications graves.



## Quelles sont les causes ?

Le virus responsable de la GEV chez les adultes est le norovirus. Chez les enfants, il s'agit du rotavirus. Ces virus circulent principalement en automne et en hiver. D'autres virus et bactéries peuvent causer la gastroentérite, surtout chez les personnes qui voyagent à l'étranger.

## Quels sont les symptômes ?

Les symptômes suivants peuvent apparaître 1 à 2 jours après avoir été en contact avec le virus :

- Envie de vomir et vomissements
- Diarrhée
- Mal de ventre
- Fièvre légère
- Mal de tête
- Douleurs des muscles
- Perte d'appétit

Ces symptômes durent habituellement de 1 à 3 jours.

## Comment détecter le virus responsable de la GEV ?

Parfois, l'apparition des symptômes est suffisante pour confirmer que vous avez la gastroentérite. Pour identifier le virus responsable de la gastroentérite, il faut faire une analyse de selles au laboratoire.

## Qu'est-ce qui vous rend à risque d'être infecté ?

- Être en contact avec une personne contagieuse qui a des symptômes de gastro.
- Avoir les mains contaminées et manger sans se laver les mains.
- Manger un aliment contaminé.
- Boire de l'eau contaminée.

## Qu'est-ce qui vous rend à risque de développer des complications liées à la GEV ?

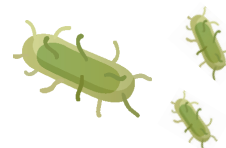
Les personnes qui ont plus de risque de présenter des complications sont :

- Les bébés âgés de moins de 6 mois.
- Les enfants et les adultes qui ont certaines maladies chroniques.
- Les femmes enceintes, à partir de la semaine 15 de leur grossesse.
- Les personnes âgées de 75 ans et plus.

## Quels sont les traitements contre la GEV ?

La GEV n'est pas une infection très sévère. Elle n'est pas traitée avec des antibiotiques.

Lorsque vous avez la GEV, votre corps élimine une grande quantité d'eau et de sels minéraux. Il est donc important de boire beaucoup de liquides pour refaire le plein de sels minéraux et vous hydrater. Ceci va prévenir le manque d'eau dans le corps et facilitera votre guérison. Vous pouvez aussi utiliser une solution de réhydratation prescrite par un médecin ou un pharmacien.



## Comment se transmet la GEV ?

Les virus responsables de la GEV se transmettent facilement d'une personne à l'autre. Les virus contenus dans les selles et les vomissements peuvent contaminer les surfaces et les mains de la personne malade. Une personne infectée peut transmettre la GEV quand elle a des symptômes et même jusqu'à 2 jours après leur disparition.

Les virus responsables de la GEV se transmettent par contact avec :

- La personne infectée (exemple : en lui serrant ses mains contaminées ou en l'embrassant).
- Les mains contaminées d'une personne (exemple : personnel soignant, usager, visiteur).
- Les gants contaminés de la personne qui donne les soins.
- Les surfaces contaminées (exemple : toilette, chasse d'eau, côtés de lit, barre de soutien, table de chevet).
- Les objets contaminés (exemple : robinet, chasse d'eau, poignée de porte, ridelles de lit).

Le risque d'avoir la GEV est faible pour les proches et les visiteurs en bonne santé.

Ces virus peuvent se transmettre aussi suite à :

- La respiration des gouttelettes projetées dans l'air par la personne infectée (par exemple lors des vomissements).
- La consommation des aliments ou des liquides contaminés par le virus.

## Comment éviter de transmettre la GEV ?

### À l'hôpital, au centre de réadaptation ou au CHSLD :

- L'usager infecté est installé dans une chambre individuelle ou avec d'autres usagers infectés par la GEV.
- Les proches du patient doivent éviter de lui rendre visite pendant la période d'isolement. Le nombre de visites est très limité.
- Toute personne doit suivre les consignes affichées sur la porte de la chambre de l'usager isolé.
- Toute personne doit se laver les mains avant d'entrer dans la chambre de l'usager et après l'avoir quittée.
- La chambre de l'usager est désinfectée tous les jours.

### À la maison :

- Informez votre personnel soignant si vous vivez avec une personne qui a un système immunitaire faible. Des consignes à suivre vous seront partagées pour protéger cette personne.
- Nettoyez et désinfectez plusieurs fois par jour les objets et les surfaces le plus souvent touchés de votre maison.
- Nettoyez et désinfectez les jouets ou objets portés à la bouche par votre enfant.
- Mettez des couches super-absorbantes aux jeunes enfants, afin de prévenir les fuites.
- Lavez vos vêtements et votre literie avec de la lessive et de l'eau tiède. Suivez les consignes de lavage expliquées sur l'étiquette de vos vêtements.
- Votre proche aidant doit porter durant les soins des gants, un masque et des vêtements réservés aux soins pour se protéger.

### **IMPORTANT !**

La gastroentérite virale est très contagieuse. Pour protéger votre entourage et éviter de transmettre la maladie, il faut vous laver les mains avec de l'eau et du savon.

Lavez-vous les mains au bon moment, surtout :

- Après avoir été aux toilettes
- Après avoir touché des surfaces ou des objets sales ou contaminés
- Avant et après de toucher les aliments et de préparer ou servir les repas
- Avant de manger
- Après s'être mouché, avoir toussé ou éternué
- Avant d'allaiter ou de nourrir un enfant

Rappelez au personnel soignant de se laver les mains avant de vous donner les soins.

La transmission de la gastroentérite peut aller jusqu'à 2 jours après l'arrêt du dernier symptôme. Vous devez continuer à suivre toutes les consignes précisées dans ce document pendant ces 2 jours.

Faites vacciner vos enfants : le rotavirus est le principal virus responsable de la GEV chez les enfants. La vaccination est le meilleur moyen de les protéger. Pour avoir plus d'informations sur le vaccin vous pouvez consulter un médecin ou appeler Info-Santé au 811.

Vous devez informer le personnel soignant si vous avez la GEV lors de toute consultation à l'hôpital, au CLSC ou si vous visitez un CHSLD. Le personnel soignant va prendre les mesures nécessaires pour protéger les autres usagers.