Infection EHEC, informations aux patients

Fiche d'information sur la protection contre les maladies infectieuses élaborée par des médecins épidémiologistes

Qu'est-ce que EHEC ?

EHEC signifie entérohémorragique E. coli. C'est une bactérie intestinale qui peut causer de la diarrhée, parfois mêlée de sang, et des douleurs abdominales. Certaines personnes ne présentent aucun symptôme du tout. Le temps entre le moment où la personne est contaminée et celui où elle devient malade est habituellement de 2 à 4 jours. Les symptômes disparaissent habituellement en une semaine, mais la bactérie peut persister dans l'intestin pendant quelques semaines. Les antibiotiques n'ont généralement pas d'effet. Dans de rares cas, une infection EHEC peut être compliquée par des symptômes des reins, appelés syndrome hémolytique et urémique (SHU), qui nécessitent parfois une dialyse temporaire.

Comment est-on contaminé et quand est-on contagieux ?

On est généralement contaminé par de la nourriture ou des boissons contaminées, comme de la viande (bœuf haché), des produits laitiers non pasteurisés ou des fruits et légumes, contaminés par l'irrigation ou la fertilisation. On peut aussi être contaminé par contact avec des animaux bovins, des engrais naturels ou des eaux de baignade contaminés. Les bactéries meurent lorsqu'elles sont chauffées, c'est pourquoi les aliments bien cuits ou frits ne constituent pas un risque. Gardez à l'esprit que des aliments déjà cuits peuvent être contaminés, par exemple par les ustensiles de cuisine et par les planches à découper quand ceux-ci ne sont pas bien nettoyés. La bactérie survit à la congélation. La contamination de personne à personne peut se faire par exemple par des doigts contaminés après l'utilisation des toilettes. Il est par conséquent important d'être attentif à l'hygiène des mains et des toilettes. La contagiosité diminue lorsque les symptômes disparaissent. Si vous travaillez dans les soins de santé / les services sociaux ou si vous avez des contacts avec de la nourriture, il est particulièrement important de rester à la maison jusqu'à ce que la diarrhée ait cessé et que les selles soient normales.

En suivant les précautions et conseils d'hygiène suivantes, les personnes qui ne présentent pas de symptômes peuvent continuer à se rendre au travail ou à l'école. Toutefois, les enfants d'âge préscolaire et les personnes de certaines professions doivent en règle générale fournir au moins un échantillon de selles ne contenant pas de bactéries EHEC avant de pouvoir retourner à l'école maternelle ou au travail. Votre médecin décide de la date de votre retour au travail ou du retour de votre enfant à l'école.

Que devez-vous prendre en considération afin de ne pas contaminer les autres ?

Règles de conduite et conseils d'hygiène :

- Vous ne devez pas travailler quand vous avez de la diarrhée.
- Lavez-vous soigneusement les mains après avoir été aux toilettes, avant de manipuler des aliments et avant les repas.
- Utilisez du savon liquide et votre propre serviette ou une serviette jetable.
- Gardez le siège des toilettes et le lavabo propres.
- Si l'enfant qui utilise des couches est contaminé, lavez-vous soigneusement les mains après avoir changé les couches. Gardez la table à langer très propre. Les couches utilisées doivent être emballées dans des sacs en plastique et jetées avec les ordures ménagères.
- Vous ne devez pas vous baigner dans une piscine aussi longtemps que vous avez de la diarrhée.
- Les enfants souffrant de diarrhée ne doivent pas aller à l'école et ne peuvent pas y retourner avant d'avoir remis un échantillon de selles ne contenant pas de bactéries EHEC. Pour certaines types d'EHEC, il suffit que l'enfant soit en bonne santé depuis un certain temps et ne présente plus de symptômes pour pouvoir retourner à l'école. Votre médecin décide de la date du retour de votre enfant à l'école.
- Si vous travaillez avec des aliments non emballés, vous êtes tenu, d'après la législation alimentaire européenne, d'informer immédiatement votre employeur ou votre responsable de votre contamination.

Les personnes travaillant dans les professions à risque suivantes sont tenues de présenter au moins un échantillon de selles ne contenant plus de bactéries EHEC et doivent être transférées ou suspendues de leur occupation jusqu'à ce qu'elles soient considérées comme non contagieuses par leur médecin :

- Celles qui préparent ou manipulent des aliments non emballés
- Celles qui professionnellement s'occupent de nourrissons ou de patients dont le système immunitaire est fortement réduit

Pour certains types d'EHEC, il suffit d'être en bonne santé depuis un certain temps et de ne plus présenter de symptômes pour pouvoir retourner au travail. Votre médecin décide de la date de votre retour au travail.

L'infection par l'EHEC est ce que l'on appelle une maladie dangereuse pour la société, d'après la loi sur les maladies transmissibles. Vous êtes donc tenu de suivre les instructions données par votre médecin et de contribuer à la traçabilité qui vise à trouver la source de contamination ou d'autres personnes qui pourraient avoir été contaminées.

Vous pouvez demander un réexamen de ces règles de conduite auprès du médecin épidémiologiste de votre département. Avant que ce réexamen ne soit effectué, vous devez suivre les règles qui vous ont été données.