

## Fiche d'informations patient : la listériose

### Pourquoi ai-je reçu ce document ?

Les tests ont montré que vous êtes atteint(e) d'une listériose (infection causée par la bactérie *Listeria monocytogenes*).

### Qu'est-ce que la Listeria ?

La Listeria est une bactérie répandue dans notre environnement, y compris dans l'eau et le sol. Elle est parfois présente dans certains aliments, et les humains et les animaux peuvent être porteurs sains de cette bactérie.

Le délai entre l'infection et le déclenchement des symptômes (période d'incubation) varie de 3 à 21 jours. Il peut également être plus long, jusqu'à 3 mois, ce qui rend souvent difficile l'identification de la source de l'infection.

Ce sont généralement les personnes dont le système immunitaire est affaibli qui peuvent tomber gravement malades à cause de la bactérie *Listeria monocytogenes* et souffrir d'un sepsis ou d'une méningite. Les personnes âgées, les nourrissons, les femmes enceintes et les personnes qui suivent un traitement qui affecte le système immunitaire (traitements immunosuppresseurs) courent un risque particulièrement élevé de tomber gravement malades. La listériose se traite par antibiotiques.

### Comment la listériose se transmet-elle ?

La listériose ne se transmet pas d'une personne à une autre, exception faite de la femme enceinte, qui peut transmettre l'infection au fœtus par l'intermédiaire du placenta. La listériose peut être transmise par des animaux ou des aliments infectés. L'alimentation constitue la voie d'infection la plus courante.

La bactérie survit à la congélation et se développe à température de réfrigération, mais meurt lorsqu'elle est réchauffée à 70 degrés minimum.

Les aliments conservés longtemps dans un réfrigérateur et consommés sans être réchauffés présentent donc un risque particulier. Par exemple :

- divers produits à base de viande, principalement la charcuterie telle que le jambon et les saucisses ;
- le poisson (fumé à froid ou mariné) ;
- les fromages à pâte molle fabriqués à partir de lait non pasteurisé.

La Listeria n'est pas présente dans les fromages à pâte dure.

La bactérie peut également être présente dans les légumes surgelés. Si les légumes sont seulement décongelés sans être chauffés et laissés au réfrigérateur, les bactéries peuvent s'y développer. Elles peuvent également se développer dans un melon coupé en tranches et laissé au réfrigérateur.

## Que dois-je faire pour ne pas infecter d'autres personnes ?

Pour éviter que d'autres personnes ne tombent malades, il est important d'essayer de déterminer la source de l'infection. Essayez de vous rappeler si vous avez consommé l'un des aliments dans lesquels la bactérie peut se développer. Si possible, conservez les restes alimentaires au réfrigérateur. Ils peuvent ensuite être examinés pour tenter de retrouver la source de l'infection.

## Informations complémentaires

[Folkhälsomyndigheten och Smittskyddsläkarföreningens samlade information om smittsamma sjukdomar | Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)

[Listeria monocytogenes | Livsmedelsverket \(livsmedelsverket.se\)](#)

## À propos de la brochure

Cette brochure est établie par l'association suédoise des médecins en maladies infectieuses et est valable partout en Suède.