

LISTÉRIOSE

Qu'est-ce que la listériose?

La listériose est une maladie causée par un groupe de bactéries appelées *Listeria monocytogenes*. On trouve ces bactéries partout dans le monde, y compris au Nouveau-Brunswick. Elles vivent dans les intestins des personnes et des animaux (notamment les bovins, les porcs et les volailles) infectés et sont excrétées dans les selles.

Quels sont les symptômes?

Généralement, les symptômes apparaissent environ trois semaines après l'infection d'une personne par les bactéries. La plupart des personnes qui sont malades ne présentent toutefois que des symptômes bénins. Les symptômes peuvent inclure la fièvre, la douleur musculaire, la nausée et la diarrhée.

Comment la listériose se transmet-elle?

Les bactéries sont excrétées dans les selles des personnes et les excréments des animaux infectés et peuvent se trouver dans l'eau et dans les sols contaminés par des eaux usées ou par l'élimination des déchets animaux. Les personnes qui ont une mauvaise hygiène personnelle et dont les mains portent des traces de matières fécales peuvent contaminer les aliments, y compris les aliments prêts à consommer et les aliments manipulés après la cuisson. Les bactéries peuvent se trouver également dans des viandes et des fromages à pâte molle prêts à manger incorrectement traités. Les surfaces peuvent aussi être contaminées. La viande peut également être contaminée par les excréments d'animaux au cours du processus d'abattage.

La maladie se transmet normalement par la consommation d'aliments contaminés par les bactéries. Contrairement à d'autres bactéries causant des maladies, les bactéries de type *Listeria* vont croître sur des aliments conservés à des températures de réfrigération.

Comment la listériose est-elle diagnostiquée?

Le diagnostic de l'infection repose sur l'évaluation des symptômes cliniques par un fournisseur de soins de santé et sur l'analyse en laboratoire d'un échantillon de selles.

Qui risque de contracter la listériose?

Toute personne exposée aux bactéries peut être infectée. Les jeunes enfants, les personnes âgées et les personnes dont le système immunitaire est affaibli présentent des risques accrus de tomber gravement malades.

Comment peut-on prévenir la listériose?

Observez des règles de propreté adéquates. Tirez la chasse d'eau après chaque selle et nettoyez le périmètre avoisinant à l'aide d'eau chaude et de détergent. Il est recommandé d'utiliser un désinfectant à base de chlore. Éliminez les carcasses d'animaux de la ferme de façon appropriée.

Observez de bonnes règles d'hygiène personnelle. Lavez-vous soigneusement les mains avec du savon et de l'eau après chaque passage aux toilettes ou changement de couche, après avoir touché un animal ou avoir été en contact avec ses excréments, après avoir manipulé de la viande et avant de préparer ou de manger des aliments. Assurez-vous que les enfants se lavent les mains.

Prenez des précautions en matière de salubrité alimentaire. Lavez ou pelez les fruits et les légumes crus avant de les manger. Faites bien cuire toutes les viandes. Évitez le contact d'aliments cuits avec de la viande crue. Ne consommez que des produits laitiers pasteurisés (lait, fromage et yogourt). Les femmes enceintes et les personnes immunodéprimées devraient éviter les viandes transformées, les fromages à pâte molle faits à partir de lait cru et le poisson fumé.

Buvez de l'eau adéquatement traitée. Évitez d'avaloir de l'eau destinée aux activités de loisir comme celle des piscines. Ne buvez pas d'eau de surface non traitée des lacs ou des cours d'eau. Procédez régulièrement à l'analyse de l'eau provenant d'un puits privé (une ou deux fois par année).

Comment traiter la listériose?

Les personnes qui souffrent de diarrhée devraient boire beaucoup de liquides pour éviter la déshydratation, rester à la maison durant la maladie et suivre les règles d'une bonne hygiène personnelle, comme se laver les mains. Consultez votre fournisseur de soins de santé pour obtenir des conseils et des soins en cas de symptômes; des médicaments sur ordonnance peuvent être employés.

Qu'en dit la Santé publique?

Les fournisseurs de soins de santé, les hôpitaux, les laboratoires, les écoles et les garderies sont tenus de signaler les cas à la Santé publique. Les membres du personnel de la Santé publique peuvent enquêter pour déterminer comment l'infection s'est produite, recenser d'autres personnes qui peuvent être à risque d'infection, fournir des conseils au besoin et mettre en oeuvre des mesures de contrôle, y compris l'exclusion des travailleurs infectés dans les professions à haut risque comme les personnes participant à la manipulation des aliments, aux soins directs aux patients et aux soins aux jeunes (garderie) ou aux personnes âgées (milieux institutionnels).

Renseignements supplémentaires

Veillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé, le bureau de la Santé publique de votre région ou Télé Soins 811.