

Campylobactériose – Renseignements généraux

Qu'est-ce que la campylobactériose?

La campylobactériose est une infection causée par une bactérie appelée *campylobactérie*. Les symptômes comprennent la diarrhée, les crampes à l'estomac, la fièvre, la nausée, les vomissements et des selles sanglantes qui durent habituellement de deux à cinq jours. Ces symptômes peuvent être légers ou graves.

Comment se propage-t-elle?

Souvent, la maladie se propage par la consommation d'aliments crus ou pas assez cuits contaminés par la campylobactérie, particulièrement le lait non pasteurisé. Elle se propage aussi par la consommation d'eau potable non traitée, ainsi que par la contamination croisée d'aliments prêts à manger et légèrement cuits par des aliments crus ou des surfaces et ustensiles utilisés pour les préparer.

Certaines personnes ont contracté la maladie en touchant les selles infectées d'un chien ou d'un chat malade.

Qui peut contracter la campylobactériose?

N'importe qui peut contracter la campylobactériose, mais elle est plus courante chez les enfants et les jeunes adultes.

Habituellement, les gens ne transmettent pas le microbe aux autres, mais cela peut se produire si la personne infectée est un jeune enfant ou si elle a une forte diarrhée avec laquelle d'autres personnes sont en contact.

Quels sont les symptômes?

La plupart des personnes qui ont la campylobactériose ont la diarrhée, ont mal au ventre et font de la fièvre dans les deux à cinq jours qui suivent le contact avec le microbe. La diarrhée peut être sanglante et accompagnée de nausée et de vomissements. De façon générale, l'infection dure une semaine.

Certaines personnes infectées par la *campylobactérie* n'ont aucun symptôme.

Quel est le traitement?

Presque toutes les personnes infectées par la *campylobactérie* se rétablissent sans traitement précis. Les patients doivent boire beaucoup de liquide tant que la diarrhée est présente. Dans les cas plus graves, on peut avoir recours à des antibiotiques. Ceux-ci peuvent parfois réduire la durée des symptômes s'ils sont pris au début de la maladie. Chez les personnes non traitées, le microbe est éliminé par les selles durant deux à sept semaines. Votre fournisseur de soins primaires décidera s'il est nécessaire de prendre des antibiotiques.

Comment prévenir la campylobactériose?

- Utilisez un thermomètre pour vous assurer que tous les aliments ont atteint la **température sécuritaire de cuisson interne** et réchauffez tous les aliments pour atteindre une température interne de 74 °C [165 °F].
- Gardez les aliments périssables au réfrigérateur à 4 °C [40 °F] ou moins et séparez la viande crue des aliments prêts à manger au moment de les décongeler et de les ranger.
- Lavez bien les fruits et légumes crus avec de l'eau courante propre et salubre avant de les préparer et de les manger.
- Lavez-vous bien les mains avant de préparer la nourriture et après avoir manipulé de la viande crue, être allé à la toilette et avoir changé des couches. Il faut aussi bien vous laver les mains après avoir manipulé les ordures et la nourriture ou les gâteries des animaux domestiques.
- Nettoyez bien les surfaces de travail et les ustensiles utilisés pour préparer la viande crue et d'autres aliments avant de les utiliser pour préparer des aliments légèrement cuits ou prêts à manger.
- Ne mangez et ne buvez que des jus, des cidres, du lait et des produits laitiers pasteurisés.
- Tenez les animaux domestiques à l'écart des aires de rangement et de préparation des aliments et lavez-vous bien les mains après avoir manipulé les selles et la litière des chats.
- Buvez de l'eau provenant d'une source sécuritaire d'alimentation en eau traitée.
- Évitez d'avaler de l'eau en nageant ou en vous baignant dans de l'eau non traitée (aires de baignade naturelles) et ne vous baignez pas dans les piscines ou aires de baignade naturelles si vous avez la diarrhée.
- Quand vous voyagez, particulièrement dans les pays en voie de développement, buvez de l'eau (y compris la glace) qui provient d'une source sécuritaire. Ne mangez que des aliments cuits et chauds. Ne mangez que des fruits qui peuvent être pelés.

Pour de plus amples renseignements, consultez le feuillet d'information sur la **campylobactérie** dans le site Web Canadiens en santé du gouvernement du Canada et le **feuillet d'information sur les campylobactéries** de l'Agence de la santé publique du Canada.