

Fiche d'information sur le NOROVIRUS

1. Qu'est-ce que le Norovirus ?

Le norovirus est une des causes les plus fréquentes de gastro-entérite virale. Ce virus qui est éliminé par les selles et les vomissures est hautement contagieux.

Les virus sont très différents des bactéries et des parasites dont certains causent des infections similaires à celles provoquées par les norovirus.

Les virus ne sont pas sensibles aux antibiotiques et ne savent pas se développer en dehors du corps humain. Par contre, les norovirus qui se retrouvent ensuite dans l'environnement y sont très résistants.

2. Quels sont les symptômes lors d'une infection à norovirus ?

Les symptômes les plus fréquents sont des vomissements, de la diarrhée et des crampes abdominales importantes. Certaines personnes peuvent présenter une fièvre légère.

La maladie se manifeste entre 12 et 48 heures après la contamination, de façon soudaine.

La personne atteinte peut se sentir très mal.

En général, le malade récupère rapidement (entre 1 et 2 jours).

3. Une gastro-entérite à norovirus, est-ce dangereux ?

En général, non : la majorité des personnes récupèrent en 1 à 2 jours. Le risque de déshydratation étant plus élevé chez les enfants, les personnes âgées ou plus fragiles (comme les immunodéprimés), une attention médicale particulière peut être nécessaire. Ces personnes peuvent aussi être malades plus longtemps.

4. Que faire en cas d'infection à norovirus ? Existe-t-il un traitement ?

Il n'existe pas de médicament ou de vaccin contre le norovirus. Le norovirus ne peut pas être traité par antibiotiques.

L'essentiel est, comme dans toute situation de gastro-entérite, de veiller à hydrater suffisamment la personne malade. Si les symptômes persistent ou si l'état général du malade se dégrade, il convient de consulter son médecin traitant.

Une personne malade est contagieuse pour son entourage ! Dès lors, elle doit être particulièrement attentive à l'hygiène des mains après un passage aux sanitaires et également éviter de préparer les repas le temps de la maladie. A la maison, en cas de malades avec gastro-entérites, il faut nettoyer et désinfecter (au chlore, voir ci-dessous) régulièrement les sanitaires (sans oublier le bouton presseur de la chasse, la poignée de porte et le robinet).

5. Comment pouvez-vous être contaminé par le norovirus ?

Le norovirus est très contagieux et se transmet essentiellement de personne à personne. Il se retrouve dans les selles et les vomissures de la personne infectée. L'exposition au norovirus se produit essentiellement en collectivité ou dans des lieux publics (institutions de soins, camps de jeunes, milieu d'accueil pour enfant, milieu de travail...).

La personne infectée peut contaminer les autres :

- Par contact direct (les mains qui n'ont pas été correctement lavées après passage aux sanitaires) ;
- Par contact indirect (contamination de l'environnement : bouton de la chasse d'eau, lunette des toilettes, poignée de porte, robinet, vaisselle ou aliments souillés,...)
- Ou lors de vomissements (le virus est projeté dans l'air et peut se retrouver sur des objets ou sur une autre personne qui prend soin du malade).

C'est donc via les mains, ces objets ou les aliments contaminés que le virus peut arriver à votre bouche et vous contaminer. La contamination peut aussi se faire par de l'eau qui a été contaminée par des matières fécales humaines ou par des aliments contaminés (par exemple lors de la récolte de fruits ou encore des huîtres par de l'eau contaminée dans le bassin d'élevage).

Le norovirus est très tenace dans l'environnement : il résiste aux variations de températures (de -20°C à +65°C), à des concentrations de chlore importantes ainsi qu'à des variations de pH (4-13). Il peut persister jusqu'à 2-3 semaines dans l'environnement. Ce qui explique que cet environnement contaminé puisse infecter des personnes qui n'ont eu aucun contact direct entre elles.

Une personne peut être contaminée par le virus sans présenter de plaintes ou symptômes : elle sera tout de même contagieuse pour les autres.

Tout le monde peut être malade à cause du norovirus et être infecté plusieurs fois au cours de sa vie.

6. Combien de temps la personne malade est-elle contagieuse ?

La personne est la plus contagieuse au moment de la phase symptomatique de la maladie. Néanmoins, une personne peut continuer à éliminer le virus dans ses selles jusqu'à 2 semaines après les symptômes, raison pour laquelle il est important de continuer à être très attentif à l'hygiène des mains et au nettoyage des sanitaires après un épisode d'infection à norovirus.

7. Une infection à norovirus peut-elle être évitée ?

Il est possible de limiter le risque d'infection/épidémie en suivant ces quelques mesures :

- Se laver les mains après un passage aux sanitaires, avoir changé la couche d'un enfant et avant la préparation ou la manipulation d'aliments et préférer du papier jetable pour s'essuyer les mains. Il est recommandé de se laver les mains avec un savon liquide antibactérien (disponible en pharmacie) car il est plus efficace contre le norovirus que des produits désinfectants à base d'alcool.
- Nettoyer soigneusement les fruits et légumes avant consommation.
- Immédiatement nettoyer et désinfecter les surfaces contaminées en cas d'épisode d'une infection à norovirus (vous trouverez quelques recommandations ci-dessous).
- Immédiatement retirer et laver les vêtements/tissus/draps contaminés par la personne malade (laver à 90°C ou deux fois à 70°C). Faire de même avec les serpillières ou torchons utilisés dans le cadre du nettoyage de l'environnement.

8. Comment désinfecter l'environnement ?

Produit :

Le désinfectant habituel est remplacé par une solution d'eau de Javel préparée avec des comprimés effervescents de Chlore (concentration à 0.5% : 20 pastilles de Chloramine dans 5 litres d'eau, solution à utiliser dans les 24 heures qui suivent sa préparation).

Matériel :

Masque et des gants de ménage ou gants non stériles. Chiffon de nettoyage.

Technique :

1. Se nettoyer les mains ; se désinfecter les mains avec un savon liquide antibactérien et mettre masque et gants.
2. Nettoyer avec un détergeant classique.
3. Désinfecter les surfaces et les sanitaires avec une solution préparée avec des comprimés effervescents de Chlore (concentration 0.5%, concentration 0.5% = 20 pastilles de Chloramine dans 5 litres d'eau).
4. Après désinfection : retirer les gants de ménage, le masque et se laver les mains avec un savon liquide antibactérien.