



Prévention et traitement des infections diarrhéiques

Cette fiche renferme des renseignements généraux destinés aux personnes atteintes d'une infection diarrhéique. Les maladies de la sorte les plus courantes sont causées par *Campylobacter*, *Salmonella*, *E. coli*, *Norovirus*, *Giardia*, le virus de l'hépatite A, *Cryptosporidium*, *Yersinia* et *Shigella*. Ces infections se propagent :

- d'une personne à l'autre par contact avec les mains d'une personne infectée si cette dernière ne se lave pas bien les mains après être allée aux toilettes;
- si on mange de la nourriture ou si on boit de l'eau contaminée par les organismes.

Rappel : Si vous êtes un **travailleur de la santé, une éducatrice en garderie** ou un **manipulateur d'aliments**, vous ne devriez pas reprendre le travail avant d'avoir été sans symptôme pendant au moins 24 heures. Dans certains cas, le bureau de santé pourrait vous demander de rester chez vous plus longtemps, jusqu'à ce que vous n'affichiez plus de symptômes.

Il est essentiel de se laver les mains!

Le lavage des mains est la meilleure façon d'empêcher la propagation des maladies. Vous devriez vous laver les mains avec du savon et de l'eau chaude. Frottez-vous les mains jusqu'à ce qu'il se forme une bonne mousse, puis rincez et essuyez-vous avec une serviette. Après vous être lavé les mains, vous pouvez utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool pour réduire davantage le nombre d'organismes sur vos mains. Lavez-vous toujours les mains :

- après être allé aux toilettes et avant de changer une couche, et après;
- après avoir manipulé des couches, des sous-vêtements, des serviettes, des débarbouillettes et de la literie sales;
- avant de préparer et de manger de la nourriture, et après;
- après avoir manipulé des animaux et leurs excréments, y compris les litières, les aquariums et les cages. Soyez d'autant plus prudents avec les reptiles, les amphibiens, les oiseaux, les animaux de zoo pour enfants et les animaux de la ferme.

Il est important de nettoyer et de désinfecter!

- Faites attention quand vous touchez au linge sale, surtout la literie, les sous-vêtements et les serviettes qui ont été utilisés par une personne infectée. Cette mesure est d'autant plus importante si la personne malade est un enfant encore aux couches ou un adulte incontinent. Évitez de secouer le linge sale; vous risquez de propager des germes dans le milieu.
- Vous devriez nettoyer et désinfecter fréquemment toutes les surfaces dans votre cuisine et vos salles de bain, surtout quand il y a une personne malade dans la maison. Nettoyez tous les accessoires dans la salle de bain, notamment les robinets, le lavabo, la manette de chasse d'eau et le siège de toilette. Dans la cuisine, n'oubliez pas la vaisselle, les ustensiles, les comptoirs et les tables.

Comment désinfecter

- L'eau de Javel est un bon désinfectant.

- **Cuisines** : Lavez et rincez la vaisselle, les comptoirs et les tables comme d'habitude, avec du savon et de l'eau. Ensuite, faites tremper la vaisselle ou vaporisez la surface d'un mélange propre d'eau et d'eau de Javel. Celui-ci devrait être composé de 2 ml (1/2 c. à thé) d'eau de Javel pour un litre (4 tasses) d'eau. Laissez la vaisselle ou la surface tremper (rester mouillée) pendant une minute, puis laissez-la sécher à l'air.
- **Salles de bain** : Vous pouvez utiliser l'eau de Javel pour désinfecter les salles de bain et les tables à langer au moyen d'une solution plus forte. Utilisez 5 ml (1 c. thé) d'eau de Javel pour 495 ml (2 tasses) d'eau. N'oubliez pas de toujours laver et rincer les surfaces au préalable. Ne mélangez jamais l'eau de Javel avec d'autres produits nettoyants ménagers ou détergents.

Pour prévenir la diarrhée et d'autres maladies, vous devriez, en tout temps, bien vous laver les mains, nettoyer et désinfecter.

Pour en savoir plus, appelez votre bureau local de Santé publique Algoma:

Sault-Ste-Marie : 1 866 892-0172

Blind River : 1 888 356-2551

Elliot Lake : 1 888 211-6749

Wawa : 1 888 211-8074