



## VIRUS SEMBLABLE À NORWALK

### QU'EST-CE QUE LE VIRUS SEMBLABLE À NORWALK?

Le virus semblable à Norwalk est une maladie infectieuse causée par un groupe de virus appelé *Norovirus*. Ces virus sont présents partout dans le monde et au Nouveau-Brunswick. Ils vivent dans les intestins des personnes infectées et sont rejetés dans les selles et la vomissure. Ils sont une des causes principales de diarrhée. La maladie porte également le nom de « grippe intestinale ».

### QUELS SONT LES SYMPTÔMES LIÉS AU VIRUS SEMBLABLE À NORWALK?

Généralement, les symptômes apparaissent un ou deux jours après être infecté par le virus. La plupart des gens qui contractent la maladie ressentent les symptômes suivants : nausée, vomissement, diarrhée, crampe, frissons et fièvre. Les symptômes durent généralement un ou deux jours. Chez certaines personnes, en particulier les jeunes enfants, les personnes âgées et celles dont le système immunitaire est affaibli, le risque de développer une maladie grave est plus élevé.

### COMMENT SE TRANSMET LE VIRUS SEMBLABLE À NORWALK?

Le virus vit dans les intestins des personnes infectées et est rejeté dans les selles. On peut retrouver le virus dans le sol, dans la nourriture, dans l'eau ou sur les surfaces contaminées par des selles ou de la vomissure infectées. Le virus peut survivre pendant longtemps sur des surfaces comme les comptoirs ou les robinets d'évier si elles ne sont pas bien nettoyées. La maladie se transmet en mangeant de la nourriture contaminée par cette bactérie ou en mettant un objet contaminé dans la bouche. Par exemple, l'eau peut être contaminée par les eaux usées. La nourriture et les surfaces peuvent être contaminées par contact avec les selles ou de la vomissure infectées provenant des mains mal nettoyées.

Les mauvaises conditions d'hygiène ou le non-respect de bonnes règles d'hygiène personnelle sont responsables de la plupart des cas d'infection par le virus semblable à Norwalk. La maladie peut se transmettre par contact étroit avec une personne infectée qui ne s'est pas nettoyé les mains avec soin après être allée aux toilettes ou après avoir changé une couche. Lorsque quelqu'un vomit, les gens proches peuvent être exposés à de fines gouttelettes projetées dans l'air.

### QUI PEUT CONTRACTER LE VIRUS SEMBLABLE À NORWALK?

Toute personne qui ingère le virus peut contracter la maladie et la plupart des gens se rétablissent sans recevoir de traitement spécifique.

### COMMENT TRAITE-T-ON LES SYMPTÔMES LIÉS AU VIRUS SEMBLABLE À NORWALK?

Les personnes souffrant de diarrhée doivent boire beaucoup de liquide pour éviter de se déshydrater. Consultez votre médecin de famille pour obtenir des conseils et des traitements si vous avez une diarrhée grave ou sanguinolente. Un test de laboratoire permet de diagnostiquer le virus semblable à Norwalk.

### COMMENT PEUT-ON PRÉVENIR LE VIRUS SEMBLABLE À NORWALK?

**Observez de bonnes règles d'hygiène personnelle.** Lavez-vous soigneusement les mains avec du savon et de l'eau après être allé aux toilettes, après avoir touché des animaux, après avoir manipulé de la viande et avant de préparer la nourriture ou de la manger. Pour prévenir le risque de propagation du virus après qu'une personne a vomi, nettoyez l'endroit avec de l'eau chaude et du détergent.

**Prenez des précautions de base pour assurer la salubrité des aliments.** Lavez ou pelez tous les fruits et légumes crus avant de les manger. Faites cuire toutes les viandes à fond (viande, volaille et fruits de mer). Veillez à ce que les aliments cuits n'entrent pas en contact avec la viande ou la volaille crue. Ne consommez que des produits laitiers pasteurisés (lait, fromage, yogourt).

**Évitez de boire de l'eau qui pourrait être contaminée.** Ne buvez pas de l'eau de surface non traitée. Évitez d'avaler l'eau de piscine ou de mer lors de nage ou de baignade.

Pour de plus amples renseignements, communiquez avec le bureau de la Santé publique de votre région ou avec votre médecin de famille.