

# Bobos, microbes...



## et cie!



Bulletin de santé publique  
Région des Laurentides

En collaboration avec  
brunet+

Vol.8 N°3  
JUILLET 2003

## La maladie du hamburger

Par Madeleine Tremblay, infirmière et Pierre Robillard, médecin

### Qu'est-ce que la maladie du hamburger ?

La maladie du hamburger est une gastro-entérite qui se manifeste par des maux de ventre et de la diarrhée souvent accompagnée de sang. Elle est causée par une bactérie, l'*Escherichia coli* 0157:H7, que l'on appelle plus simplement *E. coli*.

Dans certains cas, des complications très graves peuvent survenir, particulièrement chez les enfants de moins de 5 ans : de l'anémie et un mauvais fonctionnement des reins peuvent être suffisamment sévères pour que l'enfant doive recevoir des transfusions sanguines et des traitements de dialyse.

La plupart s'en remettent, mais malheureusement certains en mourront.

### Comment attrape-t-on la maladie du hamburger ?

La maladie du hamburger s'attrape en mangeant de la viande de bœuf insuffisamment cuite. La bactérie étant présente dans

l'intestin de l'animal, la carcasse peut être contaminée lors de l'abattage et la

bactérie se retrouve alors sur la surface des pièces de viande. Le bœuf haché est le grand responsable du problème car lorsqu'on hache le bœuf, les bactéries sont disséminées dans la viande. Les viandes piquées, comme les tournedos, les rôtis français ou certains cubes pour

brochettes, peuvent aussi être en cause. En effet, chaque aiguille qui pénètre à l'intérieur de la viande pour l'attendrir transporte les bactéries de la surface vers l'intérieur.

D'autres aliments contaminés par *E. coli* ont aussi été impliqués dans des épidémies, comme le jus de pommes non pasteurisé, ou des fruits et légumes non lavés et consommés crus.



Attention de ne pas contaminer à nouveau les viandes cuites avec des objets ou des mains qui ont touché la viande crue.

### Comment se protéger de la maladie du hamburger?

Dans tous les cas, une cuisson adéquate de la viande détruit la bactérie. Ainsi, la préparation de plats cuisinés, tels que la sauce à spaghetti ou le pâté à la viande, requiert un temps de cuisson assez long pour détruire la bactérie.

Il est essentiel de prendre des précautions lors de la manipulation et de la préparation des viandes :

- ne jamais manger les viandes crues;
- faire cuire la viande complètement de telle sorte qu'elle ne présente aucune coloration rosée et que le jus qui s'en écoule soit clair (70° C ou 160° F);
- se laver les mains avec de l'eau et du savon immédiatement après avoir manipulé des viandes crues;
- bien laver la surface de préparation des aliments et les ustensiles utilisés dès qu'ils ont été en contact avec de la viande crue;
- utiliser des ustensiles et une assiette propres pour transporter et manipuler la viande cuite;
- éviter de consommer la marinade dans laquelle la viande a macéré;
- décongeler la viande au réfrigérateur;
- réfrigérer rapidement les restes de viande hachée;
- et enfin, servir des jus de pommes portant la mention « pasteurisé » et laver les fruits et légumes crus minutieusement avant de les consommer.

Le conseil de votre pharmacien

brunet+



Appliquer une crème ayant un facteur de protection (FPS) d'au moins 30 sur toutes les parties du corps exposées au soleil.

Ne pas utiliser avant l'âge de 6 mois.

# Avec l'arrivée du virus du Nil occidental, les chasse-moustiques sont à la mode

Par Denise Décarie, médecin

Plusieurs produits contre les piqûres d'insectes sont disponibles sur le marché. Cependant il faut être attentif car les recommandations d'utilisation changent selon l'âge et les besoins de la personne.



Les produits à base de DEET sont offerts en concentrations allant de 5 % à 30 % ou même plus. L'efficacité de ces produits est la même peu importe leur concentration, seule leur durée de protection varie allant de 2 heures pour les produits les moins concentrés à plus de 6 heures pour les produits plus concentrés.

Lors de l'utilisation des produits à base de DEET, les précautions suivantes s'imposent :

- si possible, ne pas utiliser de produits à base de DEET chez les enfants de moins de 2 ans; cependant dans certaines circonstances, chez les enfants de 6 mois à 2 ans, une seule application par jour de DEET en concentration de 5 % ou 10 % peut être envisagée;
- pour les enfants de 2 à 12 ans, ne pas excéder 3 applications par jour d'un produit offrant une concentration de 10 % ou moins;
- ne jamais appliquer sur le visage ou les mains des enfants ou sur toute partie du corps recouverte d'un vêtement;
- dès que la protection n'est plus nécessaire, laver la peau traitée à l'eau et au savon;
- pour éviter l'inhalation, les produits en aérosol ne doivent être appliqués que dans des endroits bien aérés.

D'autres produits à base d'huile de citronnelle ou de lavande sont aussi disponibles, mais leur protection est de courte durée (2 heures ou moins) et ils sont, eux aussi, déconseillés chez les enfants de moins de 2 ans. Comme pour les produits à base de DEET, on ne doit pas dépasser 3 applications par jour pour les enfants de 2 à 12 ans.

Pour en savoir plus sur le virus du Nil, vous pouvez vous procurer le dépliant *Nil n'est à l'abri* auprès de votre CLSC ou de votre municipalité ou téléphoner au 1 800 363-1363



## Une seringue trouvée : pour savoir comment en disposer de façon sécuritaire, appelez Info-Santé CLSC.

### Que faire en cas de piqûre avec une aiguille trouvée ?

Laver la plaie le plus rapidement possible à l'eau et au savon.

Consulter un médecin immédiatement.

### Bobos, microbes... et cie!

Responsable de la publication  
Pierre Robillard, médecin

Lecture  
Denise Décarie, médecin  
Madeleine Tremblay, infirmière, chef de l'équipe des maladies infectieuses  
Gilles Chaput, service des communications

Publication  
Direction de la santé publique des Laurentides  
1000 rue Labelle, Saint-Jérôme J7Z 5N6  
ISSN 1203-388X

Ce bulletin est aussi disponible à l'adresse suivante : [www.rrsss15.gouv.qc.ca](http://www.rrsss15.gouv.qc.ca)

Information et urgence :  
Tél. : 450 436-8622  
Télec. : 450 436-1761



DIRECTION DE LA SANTÉ PUBLIQUE

Nous tenons à remercier Brunet pour leur appui financier à la production de ce bulletin.



**Blainville**  
9, boul. Seigneurie Est  
Blainville (Québec)  
Tél. : 450 434-4333

**Lachute**  
552, rue Principale  
Lachute (Québec)  
Tél. : 450 562-5271

**Lafontaine**  
1950, boul. Labelle  
Lafontaine (Québec)  
Tél. : 450 432-9771

**Sainte-Adèle**  
1208, rue Valiquette  
Sainte-Adèle (Québec)  
Tél. : 450 229-6608-9

**Saint-Antoine**  
500, boul. Des Laurentides  
Saint-Antoine (Québec)  
Tél. : 450 436-4662

**Saint-Jérôme**  
450, Mgr Dubois  
Saint-Jérôme (Québec)  
Tél. : 450 432-4383

**Saint-Augustin de Mirabel**  
15637 rue St-Augustin  
Saint-Augustin de Mirabel (Québec)  
Tél. : 450 475-7650

# Bobos, microbes...



...and Co!



 Public Health Bulletin  
Laurentians Region

In collaboration with  
**bruneto**

Vol. 8 N° 3  
JULY 2003

## What is hamburger disease?

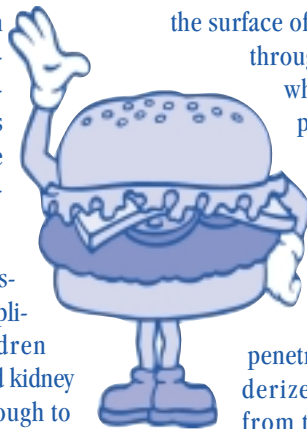
By Madeleine Tremblay, nurse, and Pierre Robillard, MD

**H**amburger disease is a form of gastroenteritis that manifests as stomach pain and diarrhoea which often contains blood. It is caused by the *Escherichia coli* 0157:H7 bacteria, known simply as *E. coli*.

Some cases of hamburger disease may have very serious complications, particularly in children under the age of 5. Anaemia and kidney malfunction may be severe enough to require blood transfusions and dialysis. Most patients recover, but unfortunately some die.

### How do you contract hamburger disease?

Hamburger disease is contracted by eating undercooked beef. Bacteria from the animal's intestines can contaminate the carcass during slaughter. Ground beef is the main cause of the problem, because when the meat is ground, bacteria present on



the surface of the meat are spread throughout the meat. Meat which is tenderized by pricking (ex.: tournedos, tenderized roasts, beef cubes for brochettes) can also cause hamburger disease. Each needle that penetrates the meat to tenderize it carries bacteria from the surface to inner parts of the meat.

Other foods contaminated with *E. coli*, such as raw, unwashed fruits and vegetables and apple juice that has not been pasteurized, have also been implicated in epidemics.

**Be careful. Do not re-contaminate cooked meat by touching it with your hands or other objects that have come into contact with raw meat.**

### How to protect yourself from hamburger disease ?

**S**ufficient cooking destroys all bacteria. Therefore meals that contain ground beef, such as spaghetti or meat loaf, are cooked long enough to kill bacteria. It is essential to take precautions when handling and preparing meat :

- never eat raw meat;
- be sure meat is completely cooked so that it is no longer pink and juices run clear (70°C or 160°F);
- wash your hands with soap and water immediately after handling raw meat;
- thoroughly wash all surfaces and utensils used to prepare the meal as soon as they have come into contact with raw meat;
- use clean plates and utensils to carry and handle the cooked meat;
- avoid eating marinades used to marinate meat;
- defrost meat in the refrigerator;
- refrigerate leftover ground meat quickly.

Lastly, serve only pasteurized apple juice, and wash all fruits and vegetables carefully before eating them raw.

**Advice from the pharmacist**

**bruneto**



Apply sunscreen with a protection factor (SPF) of at least 30 on all parts of your body that are exposed to the sun.

Do not use sunscreen on children less than 6 months old.

## Now that the West Nile virus has arrived, mosquito deterrents are in style

By Denise Décarie, MD

Many types of insect repellents are available on the market. However they should be used with caution, as recommendations for use vary according to age and individual needs.

The amount of DEET in DEET-based products can range from 5% to 30% or more. These products are equally effective no matter what concentration of DEET they contain. What varies is the time the protection lasts; from 2 hours for products containing less DEET, to over 6 hours for products with a higher DEET content.



When using DEET-based products, you must take the following precautions :

- if possible, do not use products containing DEET on children under 2 years old. However, in certain circumstances, a single application per day of products with 5% to 10% DEET can be considered for children 6 months to 2 years of age;
- for children 2 to 12, do not exceed 3 applications a day of products with 10% or less DEET content;
- never apply to children's face or hands. Do not apply on parts of the body already covered with clothes;
- when protection is no longer necessary, wash treated skin with soap and water;

- to avoid inhalation, aerosol products must be applied in well-ventilated areas.

Other products with citronella oil or oil of lavender are also available, but the protection is shorter-lasting (2 hours or less). These products are also not recommended for use on children under 2 years of age. As per DEET-based products, do not exceed 3 applications a day for children 2 to 12.

To learn more about the West Nile virus, pick up a copy of the pamphlet «Yes, it's in your backyard» at your CLSC or your municipality, or call 1-800-363-1363.



## Did you find a syringe?

To learn how to dispose of it safely, call Info-Santé CLSC.

### What should you do if you prick yourself with a syringe that you found?

Wash the wound as soon as possible with soap and water and see a doctor immediately.

### Bobos, microbes... et Co!

**Director of publishing**  
Pierre Robillard, MD

**Lecture**  
Denise Décarie, medical advisor  
Madeleine Tremblay, nurse, head of infectious diseases team  
Gilles Chaput, communications

**Publishing**  
Laurentians Public Health Department  
1000, Labelle street, Saint-Jérôme J7Z 5N6  
ISSN 1203-388X  
This bulletin is also available at the following address:  
[www.rrss15.gouv.qc.ca](http://www.rrss15.gouv.qc.ca)

**Information and emergencies :**  
Tel. : 450 436-8622  
Fax : 450 436-1761



**Blainville**  
9, boul. Seigneurie Est  
Blainville (Québec)  
Tél. : 450 434-4333

**Lachute**  
552, rue Principale  
Lachute (Québec)  
Tél. : 450 562-5271

**Lafontaine**  
1950, boul. Labelle  
Lafontaine (Québec)  
Tél. : 450 432-9771

**Sainte-Adèle**  
1208, rue Valiquette  
Sainte-Adèle (Québec)  
Tél. : 450 229-6608-9

**Saint-Antoine**  
500, boul. Des Laurentides  
Saint-Antoine (Québec)  
Tél. : 450 436-4662

**Saint-Jérôme**  
450, Mgr Dubois  
Saint-Jérôme (Québec)  
Tél. : 450 432-4383

**Saint-Augustin de Mirabel**  
15637 rue St-Augustin  
Saint-Augustin de Mirabel  
(Québec)  
Tél. : 450 475-7650