

BYE-BYE



LES

MICROBES



Vol. 3 - No 2

Juin 2000

[Index des parutions
par numéro ou
par sujet](#)

Pour être informé de
la publication de *Bye-
Bye les microbes*,
[abonnez-vous](#)



Table des matières

[Éditorial](#)

Article 1 :
[Infections transmises par des aliments... gare à la
maladie du hamburger !](#)

Article 2 :
[À propos de la « picotte volante » ou varicelle...](#)

[La boîte aux lettres](#)

[La boîte à outils](#)

[Références](#)

Québec 

© Gouvernement du Québec, 2003



Table des matières

Éditorial

Infections transmises par des aliments... gare à la maladie du hamburger !

À propos de la « picotte volante » ou varicelle...

La boîte aux lettres

La boîte à outils

Références

Index des parutions par numéro ou par sujet

Pour être informé de la publication de *Bye-Bye les microbes*, [abonnez-vous](#)



Bye-bye les microbes !



Un bulletin à l'image de l'enfant qui se développe

Par Marie-Patricia Gagné, ministère de la Famille et de l'Enfance



Voici le huitième numéro de *Bye-bye les microbes* ! Nous nous éloignons de l'état de nouveau-né de l'automne 1998 pour nous rapprocher de celui de l'enfant qui, fier de ses habiletés de marche, s'empresse de trotter ; le tirage de 16 000 exemplaires est là pour le démontrer. Il est maintenant temps de bien connaître votre opinion pour toujours aller de l'avant et conquérir de nouveaux espaces, à l'image de l'enfant qui se développe.

Dans le but de mieux orienter le bulletin en fonction de vos besoins et afin de faciliter d'éventuelles interventions préventives en ce qui a trait aux maladies infectieuses dans les services de garde, nous avons joint un questionnaire d'appréciation à un nombre restreint d'exemplaires choisis au hasard. Nous invitons ceux et celles faisant partie de l'échantillon à répondre au questionnaire et à nous le faire parvenir dans l'enveloppe prévue à cet effet. Les personnes qui ne font pas partie de l'échantillon peuvent également nous faire part de leurs commentaires en nous écrivant ou en nous téléphonant aux adresses et numéros indiqués dans le bulletin. Nous espérons que vous serez nombreux à répondre au questionnaire.

Vous trouverez dans le présent numéro un article sur la maladie du hamburger ; l'arrivée des menus d'été explique cette préoccupation du Dr Sylvie Provost. Un deuxième texte, écrit par le Dr Pierre Déry, porte sur la varicelle. On y donne des renseignements pertinents sur le sujet, dont la possibilité d'obtenir un vaccin pour contrer cette maladie. Dans **La boîte à outils**, Mme Alejandra Irace-Cima a choisi de nous présenter le livre *Vivre avec les microbes* une production intéressante de la Confédération des syndicats nationaux. Dans **La boîte aux lettres**, Mme Ramona Rodrigues nous renseigne sur l'utilisation des chiffons imprégnés de désinfectant pour le nettoyage du matériel et des surfaces de travail. Nous apprendrons que, tout en présentant certains avantages à l'occasion, ces produits ont des limites qu'il nous faut connaître.

En espérant que ce bulletin saura vous plaire, je vous souhaite un merveilleux été ensoleillé et exempt d'infections !

*Emploi,
Solidarité sociale
et Famille*

Québec 



Table des matières

Éditorial

Infections transmises par des aliments... gare à la maladie du hamburger !

À propos de la « picotte volante » ou varicelle...

La boîte aux lettres

La boîte à outils

Références

Index des parutions par numéro ou par sujet

Pour être informé de la publication de *Bye-Bye les microbes*, [abonnez-vous](#)



Infections transmises par des aliments... gare à la maladie du hamburger !

Par Sylvie Provost, Direction de la santé publique des Laurentides



Chaque année, au Québec, de nombreux cas d'infection d'origine alimentaire (eau ou nourriture contaminée) sont signalés aux directions de la santé publique. La maladie du hamburger est un exemple de ce type d'infections parfois grave qui peut être évité par la manipulation adéquate des aliments. L'été arrive, on sort le barbecue. **Attention à la maladie du hamburger !** Bien sûr, il ne s'agit pas ici d'une fringale incontrôlable de hamburgers, mais plutôt d'une infection de l'intestin, soit la « colite hémorragique ».

Les personnes infectées peuvent transmettre le microbe aux gens qui entrent en contact avec elles.

Cette infection est causée par une bactérie au nom savant : *Escherichia coli O157:H7* ! On peut s'infecter en mangeant de la viande insuffisamment cuite (surtout du bœuf mais aussi de la volaille, du porc, de l'agneau) ou en buvant des produits non pasteurisés, comme du lait ou encore certains jus. Les personnes infectées peuvent transmettre le microbe aux gens qui entrent en contact avec elles.

Et les hamburgers dans tout cela ?

À l'abattoir, les bactéries provenant de l'intestin de l'animal contaminent la viande. Lorsque celle-ci est hachée, les bactéries y sont alors introduites. Si la viande hachée n'est pas cuite en profondeur, les bactéries survivront (à la différence d'un steak pour lequel une cuisson en surface suffira à détruire les microbes). Autres sources d'infection possibles : la manipulation du hamburger par des mains mal lavées, ou l'ajout d'ingrédients contaminés. C'est pour toutes ces raisons que les hamburgers sont les aliments préférés de l'*Escherichia coli O157:H7*.

Est-ce que ça rend très malade ?

En général, la personne infectée commencera à être malade deux à quatre jours après avoir mangé l'aliment contaminé. Elle aura alors des crampes abdominales importantes et des selles liquides (contenant parfois du sang), des nausées, des vomissements et un peu de fièvre. Il se peut qu'une personne infectée ne devienne pas malade.

Les enfants âgés de moins de cinq ans, peuvent présenter des complications graves

Bien que la maladie puisse guérir spontanément après quelques jours, certaines personnes dont la santé est fragile, et surtout les enfants âgés de moins de cinq ans, peuvent présenter des complications graves (les reins et le sang seront alors atteints) et parfois même mourir.

Quelques conseils pour prévenir la maladie du hamburger :

- réfrigérer la viande immédiatement après l'achat ;
- écongeler la viande au réfrigérateur et non à la température ambiante ;
- se laver les mains avant la préparation des aliments et entre les manipulations d'aliments crus différents ;
- bien nettoyer la surface de préparation des aliments et les ustensiles utilisés ;
- préparer des galettes de bœuf haché assez minces pour permettre une bonne cuisson ;
- faire cuire la viande complètement, une couleur rosée indiquant une mauvaise cuisson ;
- utiliser une assiette propre pour transporter la viande cuite ;
- consommer les aliments cuits pendant qu'ils sont encore chauds ;
- réfrigérer immédiatement les restes de viande cuite.

Vous allez en pique-nique ?

Ne laissez pas les microbes vous accompagner ! Les bactéries se multiplient très rapidement dans les aliments contenant des protéines tels que les produits laitiers, les œufs, les viandes, les volailles et les poissons, surtout s'ils ne sont pas réfrigérés. Il faudra donc prévoir des contenants isolants (thermos) ou des sachets réfrigérants (« ice-packs ») pour conserver les aliments à la température désirée.

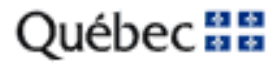
Dans la glacière, il est préférable de placer les aliments périssables au fond et la glace sur le dessus. Les sandwiches préparés plusieurs heures à l'avance doivent être réfrigérés puis placés dans la glacière juste avant le départ.

Rappelez-vous qu'il faut toujours garder :

- au chaud (plus de 60 °C) les aliments devant être

- consommés chaud ;
- au froid (moins de 4 °C) les aliments devant être consommés froid ;
 - les ustensiles et les mains propres !

Et n'oubliez pas une nappe propre pour y déposer votre repas !



© Gouvernement du Québec, 2003



Table des matières

Éditorial

Infections transmises par des aliments...
gare à la maladie du hamburger !

À propos de la « picotte volante » ou varicelle...

La boîte aux lettres

La boîte à outils

Références

Index des parutions par numéro ou par sujet

Pour être informé de la publication de *Bye-Bye les microbes*, [abonnez-vous](#)



À propos de la « picotte volante » ou varicelle...

Par Pierre Déry, Centre hospitalier universitaire de Québec



Qu'est-ce que la varicelle ?

La varicelle est une infection virale causée par le virus varicelle-zona. Elle est très courante chez les enfants, mais les symptômes sont généralement bénins. Elle est toutefois beaucoup plus grave chez les adultes, surtout chez ceux dont le système immunitaire est défaillant, comme les personnes souffrant de leucémie ou faisant l'objet d'un traitement prolongé à la cortisone.

Quels sont les symptômes ?

La maladie se manifeste d'abord par de la fièvre, suivie de l'apparition de taches rouges qui se transforment en vésicules (petits boutons contenant du liquide). La formation de nouvelles vésicules peut se poursuivre pendant quelques jours, puis les lésions se couvrent d'une croûte.

Quelles sont les complications ?

Les vésicules peuvent s'infecter, laisser des cicatrices et, dans de très rares cas, cette surinfection peut être grave ou même causer la mort. Parmi les autres complications rares, on trouve la pneumonie ou l'encéphalite (inflammation du cerveau). La varicelle est souvent grave pour les personnes qui ont une déficience du système immunitaire et pour le nouveau-né dont la mère a fait cette infection peu avant la naissance. Par ailleurs, si la mère fait une varicelle en début de grossesse, l'enfant peut naître avec des malformations.

Comment la maladie se transmet-elle ?

La varicelle est une maladie très contagieuse. La contagion peut même n'avoir lieu que jusqu'à deux jours avant l'apparition des boutons sur la peau. Ensuite, elle se produit par contact direct avec les vésicules et se poursuit jusqu'à l'apparition des croûtes sur les dernières lésions (environ cinq jours après le début de l'éruption). Une étude réalisée dans des écoles a cependant démontré que l'exclusion des enfants atteints de varicelle n'interrompt pas la propagation de cette maladie. C'est pour cette raison que le Comité de prévention des infections dans les centres de la petite enfance du Québec et la Société canadienne de pédiatrie recommandent que les enfants atteints soient autorisés à revenir à l'école ou au service de garde dès qu'ils se sentent assez bien pour participer aux activités du groupe, quel que soit l'état des lésions cutanées.

Que peuvent faire les parents ?

Si un enfant contracte la varicelle, **il ne faut lui administrer ni aspirine (acide acétylsalicylique [AAS]) ni autres produits contenant de l'aspirine**, car cette dernière augmente le risque du syndrome de Reye, maladie grave pouvant porter atteinte au foie et au cerveau. Pour contrôler la fièvre, il faut plutôt donner de l'acétaminophène (Tylenol^{MC}, Tempra^{MC}, Panadol^{MC}, etc.). Si un enfant qui présente des problèmes immunitaires a été en contact avec une personne atteinte de varicelle, il faut communiquer avec le médecin le plus rapidement possible. Ce dernier pourra prescrire à l'enfant un type spécial d'immunoglobuline contenant une grande quantité d'anticorps (substances protectrices présentes dans le sang), afin d'aider à prévenir l'infection.

Existe-t-il un vaccin contre la varicelle ?

Depuis 1999, il existe au Canada un vaccin contre la varicelle. Il est très sécuritaire et efficace lorsqu'il est administré aux enfants en santé ; il prévient la varicelle chez plus de 80 % d'entre eux. Présentement, ce vaccin n'est toutefois pas offert gratuitement par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec. **Il est cependant recommandé pour les adultes qui n'ont pas eu la varicelle et plus particulièrement pour ceux travaillant avec des enfants, comme c'est le cas du personnel des services de garde.** Il est aussi recommandé pour tout enfant âgé de plus de un an qui n'a pas encore eu la varicelle.

Note : Pour rédiger cet article, l'auteur s'est inspiré des « Conseils à l'intention des parents et des soignants » publiés par la Société canadienne de pédiatrie.



Table des matières

Éditorial

Infections transmises
par des aliments...
gare à la maladie du
hamburger !

À propos de la «
picotte volante »
ou varicelle...

La boîte aux lettres

La boîte à outils

Références

Index des parutions
par numéro ou
par sujet

Pour être informé de
la publication de *Bye-
Bye les microbes*,
[abonnez-vous](#)



Bye-bye les microbes !



Les chiffons imprégnés de désinfectant sont-ils utiles dans les services de garde ?

Par Ramona Rodrigues,
Centre hospitalier universitaire McGill



Il est ici question d'un type spécial de chiffons pour nettoyer les surfaces : ils sont prêts à l'emploi et sont offerts sur le marché dans un contenant. Leur dimension varie et leur prix est supérieur à celui des chiffons ordinaires auxquels on ajoute un désinfectant tel que de l'eau javellisée 1:10 (1 partie d'eau de Javel pour 9 parties d'eau). Ces chiffons présentent toutefois certains avantages : ils sont faciles à utiliser, ne nécessitent aucun ajout de désinfectant, et nul besoin de les rincer car ils peuvent être jetés après usage. De plus, l'économie de temps qu'ils entraînent et leur facilité d'emploi semblent favoriser des nettoyages plus fréquents que lorsqu'on utilise les procédés habituels. Cependant, il faut préciser que l'utilisation de ces chiffons ne remplace pas un bon nettoyage régulier fait d'abord avec un détergent et ensuite avec un désinfectant.

Nous croyons que ce produit pourrait principalement être utilisé pour nettoyer les surfaces qui ne sont pas visiblement souillées, mais qui sont fréquemment touchées par des mains ; il convient également aux surfaces susceptibles d'être contaminées et qui ne sont pas nettoyées quotidiennement. Nous pensons par exemple à la table de travail, au clavier de l'ordinateur, au téléphone, aux poignées, aux chaises, aux interrupteurs, etc. Les chiffons imprégnés de désinfectant pourraient aussi être utiles pour nettoyer les tables à langer dont le coussin est recouvert de plastique.

Pour prévenir d'éventuels problèmes de toxicité, l'usage des chiffons imprégnés de désinfectant est déconseillé pour le nettoyage et la désinfection des jouets que les enfants portent à la bouche. Pour ces objets, il faut plutôt privilégier un nettoyage complet avec de l'eau, un détergent, un désinfectant et de l'eau de nouveau, dans cet ordre. Il faut aussi éviter d'utiliser les chiffons imprégnés de désinfectant pour laver les surfaces visiblement contaminées ou souillées.

Celles-ci doivent être nettoyées de la façon habituellement recommandée.



Table des matières

Éditorial

Infections transmises par des aliments... gare à la maladie du hamburger !

À propos de la « picotte volante » ou varicelle...

La boîte aux lettres

La boîte à outils

Références

Index des parutions par numéro ou par sujet

Pour être informé de la publication de *Bye-Bye les microbes*, [abonnez-vous](#)



Bye-bye les microbes !



Vivre avec les microbes

Par Alejandra Irace-Cima, Direction de la santé publique de Laval



Voilà un titre intéressant et provocateur pour le milieu des services de garde ! Il s'agit d'un livre publié par la Confédération des syndicats nationaux en 1997. Toujours d'actualité, cet ouvrage propose un outil d'intervention visant à inciter l'ensemble des travailleurs à prendre conscience des maladies infectieuses dans le milieu de travail.

Il a été rédigé par Mme Lucie Dagenais, infirmière, et Ana María Seifert, biologiste du Centre pour l'étude des interactions biologiques entre la santé et l'environnement de l'Université du Québec à Montréal ; le texte est clair et son contenu a été révisé par plusieurs collaborateurs spécialisés. Ce livre explique le processus infectieux et répond à diverses questions pertinentes, entre autres : Comment les maladies infectieuses se transmettent-elles en milieu de travail ? Comment se développent-elles ? Comment se fait-il que, parmi des personnes pratiquement exposées aux mêmes sources de maladie ou d'infection, seulement certaines soient touchées ? Quelles sont les mesures de prévention et de contrôle recommandées, et comment les syndicats peuvent-ils influencer le choix des moyens utilisés pour appliquer ces mesures ?

Parce que les « petits et vilains microbes » seront toujours difficiles à éliminer, nous pensons que cet ouvrage est utile. Il constitue un bel effort pour encourager les travailleurs et les employeurs à réduire les risques d'infection en milieu de travail et ainsi améliorer la qualité de vie de toutes les personnes concernées.

Cette publication est distribuée par le Service de la documentation de la CSN, 1601, avenue De Lorimier, Montréal (Québec) H2K 4M5. Son coût est de 15 \$ si elle est achetée sur place. On peut aussi la commander par téléphone au (514) 598-2151, ou par télécopieur au (514) 598-2029 ; des frais d'envoi de

5,25 \$ seront alors ajoutés.

*Emploi,
Solidarité sociale
et Famille*

Québec 



Table des matières

Éditorial

Infections transmises par des aliments... gare à la maladie du hamburger !

À propos de la « picotte volante » ou varicelle...

La boîte aux lettres

La boîte à outils

Références

Index des parutions par numéro ou par sujet

Pour être informé de la publication de *Bye-Bye les microbes*, [abonnez-vous](#)



Bye-bye les microbes !



Références

Bulletin trimestriel publié en mars, juin, septembre et décembre.

Rédaction

Comité de prévention des infections dans les centres de la petite enfance du Québec

- Élizabeth Bisson, Inf., DSP Mauricie-Centre-du-Québec
- Alejandra Irace-Cima, M.Sc., DSP de Laval
- Pierre Déry, M.D., FRCP., CHUQ (Pavillon CHUL)
- Marie-Patricia Gagné, Ph. D., Ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille
- Theresa Gyorkos, Ph. D., Université McGill,
- Diane Lambert, M.D., DSP de Laval
- Ramona Rodrigues, inf., M. Sc. A., CIC, Centre universitaire de santé McGill
- Suzette Rousseau, Inf., Association des CLSC et CHSLD
- Julio C. Soto, M.D., Ph. D, DSP de Montréal-Centre, **Président**
- Louise Thibault-Paquin, Inf., ministère de la Santé et des Services sociaux

Avec la collaboration de

- Jean-Claude Dionne, M.Sc., IRSST
- Sylvie Provost, M.D., DSP des Laurentides

Révision linguistique, production et diffusion

Direction des communications
Ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille

Le contenu de ce bulletin est également disponible dans le site Internet du Ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille :

<http://www.mfe.gouv.qc.ca>

La Boîte à lettres

Faire parvenir toute correspondance à

Mme Marie-Patricia Gagné
Ministère de l'Emploi, de la Solidarité sociale et de la Famille
600, rue Fullum
Montréal (Québec) H2K 4S7

Télécopieur : (514) 864-2170
Courriel : marie-patricia.gagne@MESSF.gouv.qc.ca

Dépôt légal – 2002
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
ISSN : 1481-4471