

Maladie main-pied-bouche

Qu'est-ce que la maladie main-pied-bouche (MMPB)?

La maladie main-pied-bouche (MMDB) est causée par un groupe de virus appelé entérovirus, lequel comprend le virus Coxsackie et l'entérovirus. Les symptômes comprennent la fièvre, des lésions dans la bouche et une éruption cutanée caractérisée par des ampoules.

- Figurent habituellement parmi les premiers symptômes la fièvre, une perte d'appétit, la fatigue et un mal de gorge.
- Un ou deux jours après l'apparition de la fièvre, des lésions douloureuses apparaissent dans la bouche – au début, ce sont de petites taches rouges qui forment des ampoules et se transforment souvent en ulcères. Ces lésions peuvent se trouver sur la langue, les gencives et l'intérieur des joues.
- Un ou deux jours après l'apparition des lésions buccales, une éruption cutanée se manifeste; il peut aussi y avoir des ampoules. L'éruption ne cause pas de démangeaisons et apparaît habituellement dans la paume de la main et sur la plante des pieds et, parfois, sur les fesses. Il est possible de n'avoir que l'éruption cutanée ou les lésions dans la bouche.

La période d'incubation (le temps qui s'écoule entre le moment où on contracte le virus et l'apparition des symptômes) est habituellement de trois à six jours. La MMPB n'est pas une maladie grave et les complications sont rares.

Il ne faut pas confondre la MMPB et la fièvre aphteuse, qui touche les porcs, les moutons et les bovins. Ces deux maladies ne sont pas associées et sont attribuables à différents virus.

Qui est à risque?

La MMPB est courante chez les nourrissons et les enfants de moins de 10 ans. Elle se propage souvent entre les enfants dans les garderies, mais les adultes peuvent aussi être à risque. Les infections se manifestent plus fréquemment quand l'hygiène laisse à désirer et aussi pendant l'été et au début de l'automne.

Comment se transmet-elle?

La MMPB se transmet d'une personne à l'autre par l'exposition aux sécrétions dans le nez ou la gorge, à la salive, aux liquides qui coulent des ampoules ou aux selles d'une personne infectée. C'est au cours de la première semaine de la maladie que celle-ci est la plus contagieuse. Les virus qui causent la MMPB peuvent survivre longtemps sur certaines surfaces; il est possible de contracter la MMPB par le contact avec des objets sales.

La personne infectée peut éliminer le virus par ses voies respiratoires pendant environ une semaine ainsi que par les selles pendant plusieurs semaines. Certaines personnes qui excrètent le virus, y compris la plupart des adultes, n'affichent aucun symptôme.

Traitement

Il n'existe aucun traitement particulier pour la MMPB. Les médecins pourraient recommander un médicament en vente libre (Tylenol) pour apaiser la fièvre et la douleur. La plupart des gens se rétablissent en 7 à 10 jours sans traitement médical.

Prévention

Il n'y a pas de mesures de prévention propres à la MMPB. Toutefois, on peut réduire le risque d'infection en adoptant de bonnes pratiques d'hygiène.

- **Un bon lavage des mains** est le meilleur mode de prévention. Assurez-vous de bien vous laver les mains après être allé aux toilettes, avoir changé une couche, avoir essuyé le nez d'un enfant, avoir aidé quelqu'un à aller aux toilettes, avant de préparer de la nourriture, etc.).

Un bon lavage des mains comprend six étapes :

- **Se mouiller les mains** sous l'eau courante tiède;
- **Appliquer du savon liquide;**
- **Faire mousser en frottant les mains pendant 20 secondes;**
- **Rincer** sous l'eau courante;
- **Sécher** les mains avec un essuie-tout;
- **Utiliser l'essuie-tout pour fermer les robinets.**

Vous pouvez utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool en plus de vous laver les mains.

- **Appliquer le désinfectant sur les mains.** Une quantité de la taille de l'ongle du pouce est suffisant.
 - **Se frotter les mains ensemble jusqu'à ce que l'alcool se soit évaporé.** Les mains seront sèches au bout d'environ 15 secondes.
- **Nettoyer et désinfecter**, tous les jours, les surfaces dans la salle de bain et toutes les surfaces sur lesquelles on pose les mains.
 - Dans les garderies et les établissements de soins de santé où il y a des cas de MMPB, il faudrait augmenter la fréquence des nettoyages. Il est recommandé d'utiliser une solution de blanchiment 1 : 50 (environ 1 000 ppm), laquelle contient 100 ml (7 c. à soupe) d'agent de blanchiment et 5 000 ml (20 tasses) d'eau. Avant d'utiliser cette solution, il faut nettoyer les surfaces avec du savon et de l'eau.
 - **Rester à la maison quand on est malade.** Les enfants qui font partie d'un groupe devraient rester à la maison s'ils ne se sentent pas assez bien pour participer aux activités. Le fait de rester à la maison pourrait réduire la propagation de l'infection, mais ne l'interrompra pas complètement. Les enfants qui se sentent assez bien pour participer aux activités peuvent retourner à la garderie ou à l'école même s'ils ont encore l'éruption cutanée. L'exclusion systématique n'est pas nécessaire.

Pour en savoir plus long, communiquez avec le Service des maladies transmissibles et de la santé sexuelle au 519 663-5317, poste 2330, ou visitez www.healthunit.com.

Adaptation de :

Site Web des Centers for Disease Control and Prevention, Respiratory and Enteric Viruses Branch, « Hand, Foot and Mouth Disease », avril 2004. Consulté le 23 août 2004 <http://www.cdc.gov/ncidod/dvrd/revb/enterovirus/hhfh.htm>.

American Academy of Pediatrics. (Sec.3), dans *Pickering L. K. (dir.), Red Book: Report of the Committee on Infectious Diseases*, 26^e éd. Elk Grove Village, AAP, 2003.

Rev mars 2010