

L'E. Coli producteur de verotoxines

Qu'est-ce que l'E. coli producteur de vérotoxines?

L'*E. coli* (*Escherichia coli*), aussi appelé colibacille, est une bactérie qui vit dans les intestins des humains et des animaux. La plupart des souches sont inoffensives mais certaines produisent des toxines qui peuvent causer la diarrhée et des maladies plus graves. L'une des souches productrices de toxines est appelée « *E. coli* producteur de vérotoxines ». La souche 0157:H7 est l'une des plus communes.

L'*E. coli* producteur de vérotoxines rend parfois les gens très malades.

Chez certaines personnes (en particulier les enfants en bas de cinq ans), l'*E. coli* producteur de vérotoxines peut provoquer le syndrome hémolytique et urémique (SHU). Cela survient dans environ 2 à 7 p. 100 des cas. Le SHU est une maladie grave qui détruit les globules rouges et cause une insuffisance rénale. La plupart des gens guérissent mais la maladie peut être mortelle.

N'importe qui peut avoir une infection à l'*E. coli* producteur de vérotoxines.

Comment l'E. coli se propage-t-il?

On peut attraper l'*E. coli* producteur de vérotoxines :

- en mangeant de la viande qui n'est pas assez cuite, en particulier du bœuf haché (la contamination n'est pas décelable à la vue ou à l'odeur);
- en buvant du lait ou des jus non pasteurisés;
- en buvant de l'eau ou en nageant dans des eaux contaminées par les égouts;
- en caressant des animaux porteurs de la bactérie.

On peut aussi attraper l'*E. coli* en étant en contact avec les selles de personnes infectées. Cela se produit quand on ne se lave pas les mains de façon adéquate.

Les personnes ayant une infection à l'*E. coli* peuvent encore transmettre la bactérie pendant des jours, voire des semaines, après la disparition des symptômes.

Quels sont les symptômes?

Voici les symptômes possibles :

- Une diarrhée grave et sanglante
- Des crampes abdominales
- Des vomissements

Il arrive que l'infection cause une diarrhée non sanglante. Parfois, la personne infectée n'a aucun symptôme. En général, l'*E. coli* producteur de vérotoxines ne provoque pratiquement pas de fièvre.

Quel est le traitement?

La plupart des gens mettent de 5 à 10 jours pour se rétablir, et ce, sans traitement. Il n'y a aucune preuve que les antibiotiques contribuent à traiter cette maladie.

Comment prévenir une infection à l'E. coli producteur de vérotoxines?

- Manipulez les aliments de façon sécuritaire.
 - Faites cuire le bœuf haché jusqu'à ce qu'un thermomètre inséré au centre indique 71 °C (160 °F).
 - Séparez la viande crue des autres aliments dans la cuisine.
 - Lavez vos mains, les planches à découper et les comptoirs avec de l'eau chaude savonneuse s'ils sont en contact avec de la viande crue.
 - Faites décongeler la viande gelée au réfrigérateur.
 - Lavez tous les fruits et tous les légumes avant de les manger.
- Lavez-vous toujours les mains :
 - **avant** de préparer des aliments ou de manger;
 - **après** avoir été à la toilette, changé une couche ou touché un animal.
- Buvez seulement de l'eau traitée au chlore ou avec d'autres produits désinfectants efficaces.
- Évitez d'avaler l'eau des lacs ou des piscines lorsque vous nagez.
- Buvez seulement du lait, du jus de pommes et du cidre pasteurisés. Mangez seulement du fromage pasteurisé.
- Si vous avez la diarrhée :
 - N'allez pas vous baigner dans une piscine publique ou un lac.
 - Ne partagez pas l'eau du bain avec quelqu'un d'autre.
 - Ne préparez pas d'aliments pour les autres.
 - Ne donnez pas de soins personnels à quelqu'un d'autre.
- Faites preuve de prudence dans les lacs ainsi que dans les piscines, les pataugeoires, les petites piscines d'enfants, les piscines privées, les bains tourbillons et autres lieux de baignade où l'eau n'est pas chlorée.