

Bye-bye LES MICROBES!



Bulletin du Comité de prévention des infections dans les services de garde à l'enfance du Québec

Prévenir les maladies des tout-petits en tout temps!

Par Michèle Tremblay, Direction de santé publique de Montréal



Ce numéro de *Bye-bye les microbes!* est tout particulièrement placé sous le signe de la prévention.

En effet, Julio Soto y explique simplement pourquoi la vaccination, d'un enfant comme d'un adulte, est importante, et cela d'abord pour la personne qui reçoit le vaccin. Il montre aussi pourquoi cet acte aide également à protéger d'autres personnes qui ne peuvent être vaccinées. De façon bien à propos, il prend comme exemple de cette protection individuelle et populationnelle la vaccination antirougeole, intensifiée depuis l'automne au Québec. À ce sujet, rappelons, même si on en parle depuis plusieurs mois, qu'il est important de s'assurer d'être protégé correctement contre la rougeole, et ce, autant pour les enfants, les parents que les personnes travaillant en service de garde.

Dans un autre article, Dominique Grenier donne de l'information sur le rotavirus, première cause de diarrhée sévère chez les tout-petits. Cette infection, très fréquente en service de garde, peut avoir de graves conséquences. Heureusement, le rotavirus peut aujourd'hui être combattu grâce à un nouveau vaccin très efficace et sécuritaire, disponible gratuitement

depuis novembre 2011. La première dose de ce vaccin doit être administrée avant l'âge de 15 semaines. Bonne nouvelle, il s'agit d'un premier vaccin sans douleur pour les bébés : il se donne par la bouche.

Ensuite, pour qu'on s'y retrouve avec tous les vaccins gratuits recommandés et les âges où il est préférable que les enfants reçoivent chacun d'entre eux, Julio Soto présente, dans une boîte à outils, un tableau récapitulatif du calendrier régulier d'immunisation des enfants. Ce tableau est produit par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec.

Finalement, dans une deuxième boîte à outils, Dominique Grenier souligne, encore une fois, l'importance primordiale du lavage des mains, une mesure préventive simple et très efficace.

● Bonne fin d'hiver et bonne prévention!



LA VACCINATION, UN GESTE PRÉVENTIF POUR VOUS!.....	2
LE ROTAVIRUS	4
LA VACCINATION : LA MEILLEURE PROTECTION DE LA PETITE ENFANCE!	5
LE LAVAGE DES MAINS	6

La vaccination, un geste préventif d'abord pour vous!

Par Julio Soto, Institut national de santé publique du Québec



Été comme hiver, la vaccination demeure un sujet d'actualité et suscite de nombreuses questions. Mais la plus importante demeure peut-être celle-ci : pourquoi et pour qui vaccine-t-on?

Si les progrès scientifiques ont permis de mettre au point des vaccins plus efficaces, sécuritaires et simples d'utilisation, leur principe d'action reste le même : stimuler les défenses de l'organisme à bien reconnaître les microbes nuisibles et à produire des mécanismes protecteurs pour ainsi éviter la maladie chaque fois que ces microbes surgissent. Tout ça, avec moins de réactions indésirables ou de complications qu'avec la maladie.

Protection individuelle

La vaccination, en préparant ou en renforçant nos défenses naturelles contre les microbes nuisibles, est d'abord un acte de protection à visée individuelle. **Son importance redouble devant des maladies dont la gravité ne fait aucun doute.** Par exemple, la rougeole (une des maladies les plus contagieuses qu'on connaît et pour laquelle on a observé au Québec près de 750 cas depuis le printemps) est très grave et potentiellement mortelle chez les nourrissons et les adultes non vaccinés. En 2008, l'Organisation mondiale de la santé a recensé 164 000 décès liés à la rougeole dans le monde, soit près de 18 décès par heure. Pourtant, vacciner à temps protège à plus de 95 % en cas d'exposition au virus.

Lorsque nous visitons des pays où des maladies telles que la rougeole, l'hépatite virale et le tétanos sont encore omniprésentes, la vaccination offre la protection nécessaire pour profiter de notre voyage.

Or, si nous travaillons dans un milieu où nous côtoyons des maladies et des microbes, comme

un centre hospitalier ou un service de garde, nous devrions réfléchir sur les risques courus et considérer les vaccins comme un moyen de préserver notre santé.

Protection populationnelle

Par ailleurs, des actes à visée individuelle peuvent également avoir une portée populationnelle. Si une majorité d'individus est vaccinée, leur protection peut aussi protéger ceux qui, pour une raison quelconque, n'ont pas reçu le vaccin ou ceux, peu nombreux, chez qui le vaccin n'a pas fonctionné. C'est ce qu'on appelle l'immunité de groupe. Une éducatrice ou une responsable d'un service de garde en milieu familial et un parent vaccinés contre la rougeole protégeront les enfants sous leur garde et leurs proches à la maison, dont quelques-uns peuvent être plus vulnérables ou à risque face à cette maladie.

L'exemple de la rougeole

Les enfants âgés de moins de 12 mois ne peuvent malheureusement pas être vaccinés contre la rougeole, car leur système de défense n'est pas encore assez prêt pour développer une protection efficace contre ce virus. On vaccine donc à partir de 12 mois, mais l'efficacité du vaccin est maximale seulement après la deuxième dose, soit à 18 mois. Pour les enfants non vaccinés exposés au virus, le risque d'être atteint par les formes les plus graves de la maladie, d'être hospitalisé et même d'en mourir est important. C'est aussi le cas pour les adultes non vaccinés ou dont l'état de santé est déjà compromis par une autre maladie ou une condition sous-jacente les rendant vulnérables au virus de la rougeole. De même, les femmes enceintes non protégées courent plus de risques de faire des fausses couches ou de donner naissance à un enfant de petit poids.



La vaccination, un geste préventif d'abord pour vous! (suite de la page 2)

Ainsi, une personne travaillant ou vivant avec de jeunes enfants et qui a reçu le vaccin contre la rougeole protège non seulement sa santé, mais aussi celle des enfants. Toutes les autres personnes présentant un risque élevé de complications de la rougeole bénéficieront de l'effet « altruiste » de la protection individuelle.

Les épidémies

Par contre, si chacun laisse aux autres le soin de se faire vacciner, la survenue d'une épidémie par manque de protection dans la communauté est possible. Il est clairement démontré que si on diminue ou si on cesse la vaccination, les maladies évitables par la vaccination reprennent leur place, avec leur lot de complications. Les épidémies de ces maladies peuvent toucher une proportion importante d'individus, principalement ceux qui ne sont pas vaccinés. S'il arrive, rarement, que des personnes vaccinées développent la maladie,

elles en présentent toutefois une forme atténuée. L'effet protecteur d'un vaccin, tout comme celui des défenses naturelles, n'est pas toujours efficace à 100 %.

Une éducatrice, une responsable d'un service de garde en milieu familial, un parent et même un professionnel de la santé refusant un vaccin recommandé peuvent exposer inutilement à la maladie les personnes sous leur responsabilité et leurs soins qui, en raison de leur condition, ne peuvent pas être vaccinées ou qui ne répondront pas très bien au vaccin. Avant de refuser un vaccin recommandé, questionnez-vous sur les conséquences que cette décision pourrait avoir dans votre entourage.

Un cadeau pour soi

Cependant, au moment d'accepter ou de refuser un vaccin, pensez d'abord à vous. Faites-vous vacciner! L'effet de cette attitude sera bénéfique pour vous... et votre entourage. ●



Le rotavirus

Par Dominique Grenier, Centre hospitalier de l'Université Laval

Qu'est-ce que le rotavirus?

Le rotavirus, un virus répandu dans le monde entier, est la cause la plus fréquente de **diarrhée** chez les enfants. La **gastroentérite** à rotavirus est une maladie imprévisible et très contagieuse qui touche particulièrement les enfants de moins de 5 ans. Cette maladie survient plus souvent de la fin de l'automne jusqu'au début du printemps.

Le rotavirus est une cause importante de gastroentérite en service de garde. Le risque d'hospitalisation pour une gastroentérite à rotavirus est de deux à trois fois plus élevé chez les enfants fréquentant un service de garde. Les enfants aux couches sont plus souvent atteints et favorisent la transmission.

Comment se transmet-il?

Le rotavirus se transmet lors d'un contact avec les selles ou un objet contaminé par les selles d'une personne infectée.



Le rotavirus (suite de la page 3)

Comme ce virus peut persister pendant de longues périodes sur des surfaces inanimées, une personne peut contracter l'infection par transmission du virus des mains à la bouche après avoir touché une surface ou un objet contaminé. En effet, le virus survivrait jusqu'à 10 jours sur différentes surfaces et plus de quatre heures sur les mains.

Quels sont les symptômes associés à ce virus?

- Vomissements;
- Diarrhée souvent accompagnée de douleurs abdominales;
- Fièvre.

Existe-t-il un traitement pour la gastroentérite à rotavirus?

Comme pour la plupart des maladies virales, le traitement de l'infection par le rotavirus vise à soulager les symptômes. Il est important d'éviter la déshydratation en offrant à boire fréquemment de petites quantités de liquide, dont les solutions de réhydratation orales, avec l'autorisation écrite du parent. Les antidiarrhéiques sont contre-indiqués, particulièrement chez les enfants.

Comment maîtriser la propagation du rotavirus?

- Se laver les mains soigneusement et souvent, en particulier après être allé aux toilettes ou après avoir changé la couche d'un enfant;
- Nettoyer et désinfecter les surfaces et les jouets avec des désinfectants à base de chlore (par exemple de l'eau de Javel domestique diluée) ou de l'alcool à 70 %;
- Réviser la technique de changement de couche en priorisant l'utilisation de couches jetables, de lingettes à usage unique, et le port de gants, si indiqué. Comme pour tout changement de couche, le port des gants est recommandé seulement si la personne qui change la couche a un bris cutané (dermite, blessure, infection) aux mains ou si l'enfant a une diarrhée (l'enfant devrait alors être retiré du service de garde) ou du sang dans les selles;
- Exclure l'enfant atteint de cette maladie jusqu'à la fin de la diarrhée.

Vous pouvez vous référer au *Bye-bye les microbes!* de l'été 2009 (no 2) - pour plus d'information :

<http://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/services-de-garde/cpe-garderies/sante-securite/bye-bye-microbes/bye-bye-microbes/n12-2/Pages/article1.aspx>

La prévention par la vaccination

Le meilleur moyen de protéger votre enfant contre ce virus est la vaccination. Depuis le 1^{er} novembre 2011, la vaccination gratuite contre le rotavirus est incluse dans le calendrier régulier de vaccination des enfants du Québec, et ce, dès l'âge de 2 mois.

Le vaccin est gratuit pour les enfants de 2 à 7 mois. Il s'agit d'un vaccin qui se donne par la bouche (pas de piqûre!). La première dose, donnée habituellement à 2 mois, doit être administrée avant l'âge de 15 semaines. La deuxième dose est prévue à 4 mois et doit être donnée avant l'âge de 8 mois. ●



La vaccination : la meilleure protection des enfants!

Nouveau calendrier de vaccination recommandé au Québec, ministère de la Santé et des Services sociaux, 2011

Tous les vaccins que les enfants devraient recevoir de la naissance à l'entrée à l'école se trouvent dans le tableau suivant :

À 2 mois

À 4 mois

À 6 mois

À 18 mois

DCaT-Polio-Hib

Protection contre :

- la diphtérie (D)
- la coqueluche (Ca)
- le tétanos (T)
- la poliomyélite (Polio)
- les infections graves à *Haemophilus influenzae* de type b (Hib)

À 2 et 4 mois

ROTAVIRUS

Protection contre :

- les gastroentérites à rotavirus

À 2 mois

À 4 mois

À 12 mois

CONJUGUÉ PNEUMOCOQUE

Protection contre :

- les infections graves à pneumocoque

À 12 mois

MÉNINGOCOQUE

Protection contre :

- l'infection à méningocoque de sérogroupe C

RRO-Var

Protection contre :

- la rougeole (R)
- la rubéole (R)
- les oreillons (O)
- la varicelle (Var)

À 18 mois

RRO

Protection contre :

- la rougeole (R)
- la rubéole (R)
- les oreillons (O)

Entre 6 et 23 mois

GRIPPE

En saison grippale

Protection contre :

- la grippe saisonnière

Entre 4 et 6 ans

dcaT-Polio

Protection contre :

- la diphtérie (d)
- la coqueluche (ca)
- le tétanos (T)
- la poliomyélite (Polio)

En 4^e année du primaire

Hépatite B

Protection contre :

- l'hépatite B incluant une protection contre l'hépatite A

VPH (filles)

Protection contre :

- les virus du papillome humain (VPH)

Entre 14 et 16 ans

dcaT

Protection contre :

- la diphtérie (d)
- la coqueluche (ca)
- le tétanos (T)

Par la suite, rappel de d₁T₁ tous les dix ans.

VPH (filles)

Protection contre :

- les virus du papillome humain (VPH)



* Présenté par le Dr Julio Soto, Institut national de santé publique du Québec.

Le lavage des mains

Par Dominique Grenier, Centre hospitalier de l'Université Laval

Pourquoi se laver les mains?

Nous accumulons des microbes sur nos mains en touchant des personnes, des surfaces ou des objets qui nous entourent. Il est possible d'éliminer ces microbes par le lavage des mains. Ce geste simple prévient la transmission des microbes qui peuvent causer le rhume, la grippe, la diarrhée, etc.

Comment se laver les mains?

1. Ouvrir le robinet;
2. Se mouiller les mains et les poignets;
3. S'enduire les mains de savon;
4. Frotter vigoureusement toutes les surfaces des mains et des poignets (ne pas oublier les espaces entre les doigts, le bout des doigts, les ongles et les pouces);
5. Rincer abondamment à l'eau courante;
6. Sécher avec des serviettes de papier ou une serviette personnalisée;
7. Fermer le robinet avec une serviette de papier ou un linge prévu à cette fin.

Le tour est joué!

Une affiche sur le lavage des mains est toujours disponible :

http://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/MFA-Affiche_Mains.pdf

Quand se laver les mains?

Le lavage des mains doit être effectué :

1. En arrivant à la garderie et en la quittant;
2. Avant de manger ou d'aider un enfant à manger;
3. Avant et après la manipulation des aliments;
4. Après chaque changement de couche et après être allé aux toilettes ou avoir aidé un enfant à y aller;
5. Après avoir touché un objet ou une surface sale;
6. Après avoir joué à l'extérieur;
7. Après avoir manipulé des sécrétions respiratoires;
8. Avant et après un changement de pansement;
9. Avant la préparation et l'administration d'un médicament (crème, gouttes, etc.);
10. Après avoir été en contact avec un liquide biologique (sang, sécrétions), même si on a porté des gants;
11. Lorsque les mains sont visiblement souillées;
12. Chaque fois qu'on le juge nécessaire.

**Améliorer votre santé et celle des autres est facile :
il suffit d'un simple lavage des mains!**

Bye-bye LES MICROBES!



Bulletin du Comité de prévention des infections dans les services de garde à l'enfance du Québec

BULLETIN TRIMESTRIEL

Le Comité de prévention des infections dans les services de garde à l'enfance du Québec relève du ministère de la Santé et des Services sociaux. Il collabore avec le ministère de la Famille et des Aînés pour apporter son expertise et ses conseils en vue de prévenir les infections dans les services de garde.

RÉDACTION

Élizabeth Bisson,
inf., B. Sc.

Chantale Boucher,
M.D., FRCPC, DSP de Lanaudière, présidente

Louise Poirier,
M.D., FRCPC, Hôpital Maisonneuve-Rosemont

Julio Soto,
M.D., Ph. D., Institut national de santé publique du Québec

Dominique Grenier,
inf., B. Sc., Centre hospitalier de l'Université Laval

Dominique Fortier,
B. Sc., Ministère de la Santé et des Services sociaux

Louise Thibault-Paquin,
inf.

Roseline Thibeault,
M.D., FRCPC, Centre mère-enfant de Québec (CHUQ)

Michèle Tremblay,
M.D., DSP de Montréal

Jocelyne Daigneault,
inf., M. Sc., DSP du Saguenay-Lac-Saint-Jean

Cybèle Bergeron,
M.D., FRCPC, Centre hospitalier de l'Université de Sherbrooke

PRODUCTION ET RÉVISION LINGUISTIQUE

Direction des communications du ministère de la Famille et des Aînés

INFOGRAPHIE ET ILLUSTRATIONS

Jack,
Direction des communications du ministère de la Famille et des Aînés

DIFFUSION

Ministère de la Famille et des Aînés

Le contenu de ce bulletin est également disponible dans le site Web du ministère de la Famille et des Aînés : www.mfa.gouv.qc.ca/fr/service-de-garde/cpe-garderies/sante-securite/bye-bye-microbes/pages/index.aspx

LA BOÎTE AUX LETTRES

Ministère de la Famille et des Aînés

600, rue Fullum
Montréal (Québec) H2K 4S7

Télécopieur : 514 864-2170

Courriel : bbmicrobes@mfa.gouv.qc.ca

Dépôt légal – 2012

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Bibliothèque et Archives Canada

ISSN : 1481-4471

© Gouvernement du Québec