



La giardiose Giardia Infection

Qu'est-ce que le Giardia?

Le Giardia est un parasite qui infecte les intestins des humains et des animaux. Quand une personne tombe malade, l'infection est appelée giardiose, ou « la fièvre du castor ».

La giardiose est l'une des causes les plus fréquentes des diarrhées d'une durée supérieure à deux semaines. C'est une cause fréquente de diarrhée affectant les randonneurs dans des zones sauvages et les voyageurs qui boivent de l'eau qui n'a pas été convenablement filtrée, traitée ou bouillie.

Quels sont les risques d'infection par le Giardia?

Les kystes de Giardia peuvent être transmis par l'eau, la nourriture, ou la transmission féco-orale entre des personnes infectées. La transmission féco-orale se définit comme l'ingestion de particules d'excréments.

L'eau contaminée est une cause importante de la propagation de la giardiose. Les kystes de Giardia peuvent survivre dans les lacs, les étangs, les criques et les ruisseaux. Vous pouvez vous infecter si vous buvez ou avalez accidentellement de l'eau pendant que vous nagez.

Vous pouvez aussi vous infecter en mangeant des aliments crus ou pas assez cuits, contaminés par des kystes.

Le Giardia peut se transmettre d'une personne à l'autre dans les environnements où il y a de l'incontinence fécale (le manque de contrôle des intestins) ou une mauvaise hygiène, comme les garderies. Le risque est plus grand pour les jeunes enfants qui n'ont pas encore fait l'apprentissage de la propreté. Ces enfants peuvent également être la source de propagation de l'infection à d'autres membres de leurs familles.

Le Giardia peut être propagé pendant un rapport sexuel quand il y a contact avec des excréments.

Les symptômes de la giardiose

La giardiose peut causer de la diarrhée, des crampes d'estomac, des gaz, des ballonnements, des selles liquides fréquentes de couleur pâle et grasses, la nausée, une perte de poids et de la fatigue.

Les symptômes se déclenchent environ 7 à 14 jours après l'exposition au parasite. Les symptômes peuvent durer de 2 à 4 semaines ou plus longtemps. Vous pouvez souvent être infecté

sans avoir de symptôme. Dans certains cas, les symptômes peuvent revenir après que l'état de santé se soit amélioré.

Chez la moitié environ des personnes infectées par le Giardia, l'infection disparaît sans qu'il y ait eu de symptômes.

Dans de rares cas, la giardiose peut entraîner une malabsorption des nutriments. Ceci peut durer plusieurs semaines ou plusieurs mois. L'intolérance acquise au lactose peut affecter près de 40 p.cent des personnes atteintes de giardiose et cause des désordres intestinaux après la consommation de produits laitiers.

Comment la giardiose est-elle diagnostiquée et traitée?

Si vous pensez que vous êtes atteint de giardiose, adressez-vous à votre professionnel de santé pour des analyses, des conseils et un traitement. Il vous sera demandé de soumettre un échantillon de selles pour analyse. Le Giardia étant difficile à détecter, vous pourriez devoir remettre plusieurs échantillons.

Votre professionnel de santé décidera si le traitement avec des médicaments anti-parasitaires est nécessaire. Après votre infection, vous pourriez avoir des difficultés à digérer le lait et les produits laitiers.

Que faire en cas d'infection par le Giardia?

Le Giardia passe dans les excréments, donc si vous souffrez de diarrhée, peut-être due à l'infection, vous ne devriez pas aller au travail ou à l'école.

Si vous avez une infection au Giardia ne nagez pas dans les lacs, les étangs, les ruisseaux, les rivières, les piscines et n'utilisez pas un bain tourbillon alors que vous avez la diarrhée ou des vomissements pendant au moins 48 heures après l'arrêt de ces symptômes ou selon les indications de votre agence de santé locale. En évitant cette activité, vous éviterez d'infecter d'autres nageurs.

Après avoir utilisé la toilette et avant de manger ou de préparer de la nourriture, lavez vous bien les mains avec de l'eau et du savon. Séchez vous les mains avec une serviette jetable.

Si vous êtes un préparateur de nourriture ou un agent des services de santé, vous risquez de transmettre le Giardia à d'autres. Ne travaillez pas pendant que vous avez la diarrhée ou des vomissements et ne retournez pas au travail dans les 48 heures suivant vos dernières selles liquides ou crise de vomissement, ou selon les indications de votre agence de santé

locale. Un lavage soigneux et fréquent des mains aidera à réduire le risque de transmission de l'infection à d'autres.

Les enfants d'une garderie qui ont de la diarrhée peuvent être pris en charge dans une zone surveillée à l'écart des autres enfants jusqu'à ce que leurs parents viennent les chercher. Les enfants ne doivent pas retourner à la garderie pendant au moins 48 heures après leur dernière selles liquides ou crise de vomissement. Vérifiez d'abord auprès de votre agence de santé locale car chaque agence de santé a ses propres règles quant à un délai de retour à la garderie, à l'école, ou au travail.

Les enfants en garderie doivent être supervisés par un adulte quand ils se lavent leurs mains. Pour plus d'informations, consultez [HealthLinkBC File n° 85 Lavage des mains pour les parents et les enfants](#).

Même quand vous vous sentez mieux, le Giardia peut être encore présent dans vos excréments pendant plusieurs semaines et vous risquez toujours de contaminer d'autres personnes.

Comment prévenir la giardiose?

- Si un avis d'ébullition de l'eau a été émis concernant le système d'approvisionnement en eau de votre communauté, prenez l'avertissement au sérieux et suivez les directives.
- Ne buvez pas de l'eau de surface non traitée provenant de sources, de ruisseaux, de rivières, de lacs, d'étangs ou de puits peu profonds. Elle risque d'être contaminée par des excréments animaux.
- Lorsque vous faites du camping, ne faites pas vos besoins à moins de 30 mètres (100 pieds) d'une source d'eau.
- Ne pas boire de lait crû ou de jus non pasteurisés.
- Bien se laver les mains avant de manger ou de préparer de la nourriture, et après avoir utilisé la toilette, changer des couches ou toucher des animaux.
- Assurez-vous que les enfants, en particulier ceux qui touchent aux animaux de compagnie, se lavent correctement et régulièrement les mains avant de manger.
- Évitez la nourriture non cuite ou les boissons préparées avec de l'eau non traitée, surtout pendant les voyages à l'étranger.
- Prenez des précautions et évitez le contact avec les matières fécales durant les rapports sexuels.

Comment éliminer les kystes de giardia de l'eau?

Si votre approvisionnement en eau provient d'eau de surface non traitée, vous devez désinfecter l'eau utilisée pour la boire, faire des glaçons, laver les fruits et les légumes crus, préparer de la nourriture pour bébé, se brosser les dents ou rincer les dentiers. Vous pouvez éliminer le Giardia en utilisant les méthodes de désinfection suivantes :

1. Ébullition : Faire bouillir l'eau à gros bouillons pendant au moins 1 minute. Si vous utilisez une bouilloire à arrêt automatique, assurez-vous que l'eau a bouilli pendant au

moins une minute. Si vous vous trouvez à plus de 2 000 m (6 500 pi.) au-dessus du niveau de la mer, faites bouillir l'eau pendant au moins 2 minutes pour désinfecter. Laissez l'eau refroidir. Stockez toujours l'eau propre dans des récipients propres destinés au stockage de la nourriture ou de l'eau. L'ébullition est insuffisante pour purifier de l'eau très polluée ou contaminée par des produits chimiques.

2. Filtration : Pour éliminer les kystes de Giardia, les filtres doivent avoir une taille de pore absolue de 1 micron ou moins, et être certifiés par la National Sanitation Foundation (NSF) ou une autre agence tierce accréditée. Les carafes filtrantes (comme Britas®), ne permettent pas d'éliminer les kystes de giardia. Quelques systèmes de filtration d'eau intégrés élimineront le Giardia, mais ils doivent faire l'objet d'un entretien régulier et minutieux pour bien fonctionner.
3. Traitement aux ultra-violet : Les unités UV pour la désinfection sont aussi disponibles. Adressez-vous aux fournisseurs locaux de systèmes de purification d'eau ou à l'agent de santé environnementale local pour plus d'informations. De la même façon que pour les systèmes de filtration, l'unité de traitement UV devrait être certifiée par NSF International, ou une autre agence tierce accréditée pour la réduction ou l'inactivation des kystes de Giardia.
4. Autres traitements : Les unités de distillation et de traitement combiné (filtration et UV) sont aussi disponibles. Adressez-vous aux fournisseurs locaux de systèmes de purification d'eau ou à l'agent de santé environnementale local pour plus d'informations.

Il est important de noter que le Giardia est modérément résistant au chlore; le traitement de l'eau au chlore n'est généralement pas efficace pour éliminer le parasite.

Pour de plus amples informations

Pour plus d'informations sur la désinfection de l'eau, consultez la fiche [HealthLinkBC File n° 49b Comment désinfecter l'eau potable](#), ou contactez l'agent de santé environnementale local.

Pour des informations sur la certification des appareils de traitement, visitez le site du Conseil canadien des normes (SCC) à www.scc.ca/fr.

Pour de plus amples informations sur la National Sanitation Foundation (NSF), consultez www.nsf.org.

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ou votre unité de santé publique locale.

Pour obtenir des renseignements sur la santé et des services de santé non urgents, cliquez sur www.HealthLinkBC.ca ou composez le 8-1-1 en C.-B.

Les personnes sourdes ou malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le 7-1-1 en C.-B.

Des services de traduction dans plus de 130 langues sont disponibles sur demande.

