

# La rubéole

## Rubella

### Qu'est-ce que la rubéole?

La rubéole est une maladie causée par le virus de la rubéole.

La rubéole est habituellement une maladie bénigne, mais peut être grave pour les femmes enceintes et leurs bébés en développement. Si une femme enceinte est infectée par la rubéole, elle risque de faire une fausse couche ou d'avoir un bébé mort-né. Il est également possible que le bébé naisse avec de graves malformations, y compris la surdité, des problèmes oculaires, des malformations cardiaques ou des lésions du foie, de la rate et du cerveau. C'est ce qu'on appelle le syndrome de rubéole congénitale (SRC). Ce syndrome se manifeste chez environ 90 % des bébés nés de femmes qui ont été infectées par la rubéole durant les 3 premiers mois de leur grossesse. Le SRC est rare, car beaucoup de femmes sont protégées contre la rubéole grâce à la vaccination routinière. Néanmoins, des cas sont encore constatés au Canada, chez les bébés nés de femmes ayant immigré au Canada depuis un pays où la vaccination contre la rubéole n'est pas systématique.

### Existe-t-il un vaccin contre la rubéole?

Deux vaccins disponibles en Colombie-Britannique permettent de s'immuniser à la rubéole :

1. Le vaccin contre la rougeole, les oreillons et la rubéole (ROR)
2. Le vaccin contre la rougeole, les oreillons, la rubéole et la varicelle (RORV)

Ces vaccins sont offerts gratuitement dans le cadre de la vaccination routinière des enfants et à ceux qui ont besoin d'être protégés contre la rubéole. Pour plus d'informations, consultez [HealthLinkBC File n°14a Le vaccin contre la rougeole, les oreillons et la rubéole \(ROR\)](#) et [HealthLinkBC File n°14e Le vaccin contre la rougeole, les oreillons, la rubéole et la varicelle \(RORV\)](#).

### Que faire si je compte tomber enceinte?

Si vous êtes une femme en âge de procréer, assurez-vous avant la grossesse que vous êtes immunisée contre la rubéole. Si vous n'êtes pas immunisée (vous n'avez jamais contracté la maladie ou n'avez pas été vaccinée),

vous devriez recevoir le vaccin ROR et laisser ensuite passer un mois avant de tomber enceinte.

### Que faire si je suis déjà enceinte?

Si vous êtes enceinte et que vous ne savez pas si vous êtes immunisée contre la rubéole, un test sanguin d'immunité à la rubéole vous sera proposé dans le cadre de vos soins prénataux. Si vous n'êtes pas immunisée, vous devez être vaccinée après votre grossesse, de préférence avant de quitter l'hôpital. Le vaccin contre la rubéole ne doit pas être administré pendant la grossesse - une précaution générale consiste à éviter les vaccins vivants pendant la grossesse. Si une femme reçoit le vaccin contre la rubéole pendant sa grossesse, cela ne constitue pas une raison d'interrompre la grossesse. Il n'a jamais été constaté que le vaccin cause le syndrome de rubéole congénitale.

### Comment la rubéole se transmet-elle?

La rubéole se transmet par le contact avec la salive ou le mucus (buccal, nasal ou de la gorge) d'une personne infectée. Lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue, le virus se propage dans l'air par des gouttelettes. Vous risquez de contracter le virus si vous inhalez ces gouttelettes ou touchez des objets contaminés par le virus. Partager de la nourriture, des boissons ou des cigarettes, ou embrasser une personne porteuse du virus, peut également vous mettre en danger.

### Quels sont les symptômes?

Les symptômes peuvent inclure des rougeurs, de la fièvre, des douleurs articulaires, des maux de tête, des malaises, le nez qui coule et les yeux irrités. Les ganglions lymphatiques, situés derrière les oreilles et à l'arrière du cou, peuvent gonfler et être douloureux.

Les rougeurs, qui peuvent provoquer des démangeaisons, commencent d'abord au niveau du visage, puis se déplacent vers le bas, de la tête aux pieds, et durent de 3 à 5 jours. Environ la moitié de toutes les infections par la rubéole ne présentent aucun symptôme de rougeurs. Les symptômes peuvent apparaître de 14 à 21 jours après qu'une personne a été infectée par le virus de la rubéole. Dans la plupart des cas, les symptômes apparaissent de 14 à 17 jours après l'exposition au virus.

## Que faire si j'ai été exposé au virus de la rubéole?

Si vous avez été exposé au virus de la rubéole et n'avez jamais contracté cette maladie auparavant ou n'avez pas reçu 1 dose du vaccin contre la rougeole, vous devriez vous faire vacciner pour vous protéger de toute exposition future à la maladie. Contactez votre fournisseur de soins de santé pour planifier un rendez-vous de vaccination.

Les femmes enceintes qui pourraient avoir été exposées à la rubéole devraient consulter leur fournisseur de soins de santé afin de déterminer si elles sont immunisées contre la rubéole. Celles qui ont été exposées à la rubéole et n'ont pas été vaccinées devront subir des tests sanguins afin de déterminer si elles ont été infectées.

## Que dois-je faire si je pense avoir la rubéole?

Si vous avez de la fièvre et des rougeurs et pensez que vous avez contracté la rubéole, d'autant plus si vous avez été en contact avec une personne atteinte de la rubéole ou si vous avez voyagé dans une région où une épidémie de rubéole sévit, faites-vous examiner par un fournisseur de soins de santé. Il est préférable de téléphoner à l'avance afin que vous puissiez être vu rapidement et sans infecter d'autres personnes. La rubéole peut se propager facilement dans des endroits comme les salles d'attente et les salles d'urgence. Le médecin ou l'infirmière de triage peut assurer que votre examen est effectué dans une zone fermée et à un moment où la salle d'attente de la clinique est vide. Apportez votre carnet de vaccination avec vous. Un examen physique et un test sanguin seront effectués. Un échantillon prélevé aux glandes salivaires ou un échantillon d'urine sera recueilli. Ceci permettra de diagnostiquer, ou non, la rubéole.

## Comment puis-je empêcher la propagation de la rubéole à d'autres?

Une personne atteinte de la rubéole risque de transmettre le virus à d'autres personnes, de 7 jours avant la première apparition des rougeurs à 7 jours après. Si vous avez la rubéole, vous pouvez aider à prévenir la propagation à d'autres, surtout aux femmes enceintes, en :

- restant à la maison pendant 7 jours après l'apparition des rougeurs;
- vous lavant les mains régulièrement;
- toussant ou éternuant dans un mouchoir ou votre manche plutôt que dans vos mains;
- ne partageant pas de nourriture, de boissons ou de cigarettes, et en n'embrassant pas d'autres personnes.

## Quel est le traitement à domicile?

Après avoir consulté un fournisseur de soins de santé, les conseils de traitement à domicile suivants peuvent vous aider à être plus à l'aise pendant que vous vous reposez et que vous vous rétablissez.

- Buvez beaucoup de liquides, tels que de l'eau, du jus et de la soupe, surtout si vous avez de la fièvre.
- Prenez beaucoup de repos.

En cas de fièvre ou de douleur, on peut donner de l'acétaminophène ou du Tylenol<sup>MD</sup>. Il ne faut PAS donner d'AAS ou d'aspirine aux moins de 20 ans, en raison des risques de syndrome de Reye.

Pour en savoir plus sur le syndrome de Reye, consultez la fiche [HealthLinkBC n° 84 Le syndrome de Reye](#).

Pour de plus amples informations sur les vaccinations, consultez ImmunizeBC à [www.immunizebc.ca](http://www.immunizebc.ca).

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://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](http://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.



ImmunizeBC



BC Centre for Disease Control  
An agency of the Provincial Health Services Authority