

Gastroentérite virale

Diarrhée et vomissements

Notes :

Ce dépliant est uniquement conçu à des fins éducatives. Il ne remplace pas les conseils ou le jugement des professionnels de la santé. L'information peut ne pas s'appliquer à toutes les situations. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à les poser à votre prestataire de soins de santé.

Vous trouverez toutes les ressources à l'intention des patients à :
www.nshealth.ca/patient-education-resources?language=French

Pour joindre un infirmier autorisé ou une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps :
composez le 8-1-1 ou consultez
<https://811.novascotia.ca/?lang=fr>

Préparation : Service de prévention et de contrôle des infections
Conception et gestion : Services de la bibliothèque

FF85-1855 © Juillet 2025 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse
L'information contenue dans cette publication doit être révisée en juillet 2028 ou avant, au besoin.

Pour en savoir plus : <https://library.nshealth.ca/patient-education-resources>

Also available in English: WC85-1382
Viral Gastroenteritis - Diarrhea and Vomiting



www.nshealth.ca



Gastroentérite virale

Qu'est-ce qu'une gastroentérite virale?

- La gastroentérite virale est une inflammation de l'estomac et des intestins qui peut entraîner des diarrhées (selles molles ou liquides) et des vomissements.
- Elle est parfois causée par un virus très contagieux appelé norovirus.
- Certaines personnes l'appellent également « grippe intestinale ».

Comment ai-je attrapé une gastroentérite virale?

- Les gastroentérites virales sont souvent causées par un germe présent dans les vomissures et les selles.
- La maladie se propage lorsque vous touchez un objet contaminé par le virus (poignée de porte, évier, robinet, toilettes ou comptoir, par exemple) et que vous vous touchez ensuite les yeux, le nez ou la bouche.
- **Les gastroentérites virales peuvent se propager très facilement**, parce que les germes qui en sont à l'origine arrivent à survivre à l'extérieur du corps.

- Les vêtements souillés par des matières fécales doivent être lavés séparément :
 - › Rincez les selles dans la cuvette des toilettes;
 - › Lavez les vêtements à l'eau chaude avec un détergent;
 - › Séchez les vêtements dans une sècheuse à air chaud, si possible.

Soins ambulatoires (en clinique)

- Si vous venez à l'hôpital pour un rendez-vous et que vous avez de la diarrhée et/ou des vomissements, dites-le au personnel soignant.
- Nettoyez-vous les mains avec un désinfectant à base d'alcool fourni à l'accueil.
- Lavez-vous toujours les mains avec du savon et de l'eau en sortant des toilettes.

Si vous désirez obtenir de plus amples informations, vous pouvez interroger le personnel soignant.

Que dois-je dire à mes visiteurs avant leur venue?

Tous les visiteurs doivent :

- › Se laver les mains avant et après chaque visite, ainsi qu'avant et après vous avoir aidé pour des soins ou autre chose. Il est possible qu'on leur demande de porter une tenue de protection et des gants pour vous prodiguer des soins.
- › **Ils ne doivent pas** utiliser vos toilettes. Il y a d'autres toilettes pour les visiteurs. Ils peuvent demander où aller si nécessaire.
- › **Ils ne doivent pas** rendre visite à d'autres patients à l'hôpital après vous avoir vu.
- › Ils doivent rester chez eux s'ils se sentent malades.

Que devrai-je faire lorsque je rentrerai chez moi?

- Lavez-vous toujours les mains avec du savon et de l'eau en sortant des toilettes et avant de manger.
- Nettoyez régulièrement votre cuisine et vos toilettes pendant au moins 2 à 3 jours après la fin de vos diarrhées et/ou de vos vomissements. Utilisez des désinfectants ménagers ou une solution composée d'une tasse d'eau de Javel pour 9 tasses d'eau froide du robinet (préparez un nouveau mélange chaque jour).

- Même lorsque vous vous sentez mieux, vous pouvez encore transmettre le virus à d'autres personnes pendant environ 3 jours. Pour éviter la propagation du virus, vous devez continuer à vous laver souvent les mains et à nettoyer vos surfaces.

Quels sont les symptômes de la gastroentérite virale?

- Voici les symptômes les plus fréquents :
 - › Nausées (troubles gastriques)
 - › Douleur abdominale (mal au ventre)
 - › Vomissements
 - › Diarrhée
- Les symptômes suivants peuvent également être observés :
 - › Fatigue
 - › Fièvre légère (température supérieure à 38 °C ou 100,4 °F)
 - › Frissons
 - › Maux de tête ou douleurs corporelles

Comment traite-t-on une gastroentérite virale?

Il n'existe aucun traitement qui guérit une gastroentérite virale. Le repos et une bonne hydratation (boire de l'eau, par exemple) peuvent favoriser le rétablissement.

Que se passera-t-il à l'hôpital?

- Le personnel soignant prendra des mesures spéciales pour éviter la propagation du virus à d'autres patients. Ces mesures sont appelées « **précautions de contact** ».
- Une affiche de précautions de contact sera placée à l'extérieur de votre chambre.
- Il est probable que le personnel soignant portera une tenue de protection, des gants, un masque et des lunettes spéciales pour s'occuper de vous et manipuler des objets à proximité de votre lit.
- Si vous n'avez pas une chambre individuelle, une chaise percée (toilette portative) sera placée à côté de votre lit pour votre usage exclusif.
- Le personnel d'entretien devra désinfecter plus fréquemment toutes les surfaces autour de votre lit et dans votre salle de bain.
- Le personnel soignant se lavera les mains plus souvent.

- **Lavez-vous les mains à l'eau et au savon** après chaque utilisation des toilettes ou de la chaise percée, ainsi qu'avant de manger, boire et prendre des médicaments.
- Si vous avez de la diarrhée et/ou des vomissements, il se peut qu'on vous demande de ne pas vous rendre dans d'autres zones de l'hôpital. Votre personnel soignant en discutera avec vous.
- Vous, vos proches aidants et vos visiteurs ne devez pas utiliser les cuisines ni les machines à glace de l'unité de soins. Demandez de l'aide à votre personnel soignant.
- Il est possible que des infirmières doivent examiner vos selles et prélever des échantillons pour les analyser. Veuillez avvertir votre infirmière lorsque vous utilisez les toilettes.
- Les précautions de contact pourront être levées lorsque vous n'aurez plus eu de diarrhée et/ou de vomissements pendant au moins 2 à 3 jours.
- Si votre système immunitaire est faible, il est possible que les précautions de contact soient maintenues plus longtemps. Votre personnel soignant en discutera avec vous.