



La giardiase (infection au Giardia) 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 giardiase ou parfois même « fièvre du castor ».

La giardiase est l'une des causes infectieuses les plus fréquentes des diarrhées qui perdurent plus de deux semaines. C'est une cause fréquente de diarrhée touchant les personnes qui boivent de l'eau qui n'a pas été convenablement filtrée, traitée ou bouillie.

Quels sont les risques d'infection au Giardia?

Les kystes de Giardia peuvent se transmettre par l'eau, la nourriture ou la transmission féco-orale entre des personnes infectées. La transmission féco-orale survient lors de l'ingestion de particules d'excréments contaminés.

L'eau contaminée est une cause importante de la propagation de la giardiase. Les kystes de Giardia peuvent survivre dans les lacs, les étangs et les ruisseaux. Vous pouvez vous infecter si vous buvez ou avalez accidentellement de l'eau contaminée lorsque vous nagez. Vous pouvez aussi vous infecter en mangeant des aliments crus ou pas suffisamment cuits, contaminés par des kystes.

Le Giardia peut aussi se transmettre d'une personne à l'autre dans certains milieux, comme les garderies. Le risque est plus grand pour les jeunes enfants qui n'ont pas encore fait l'apprentissage de la propreté dans les endroits aux mauvaises conditions d'hygiène. Ces enfants peuvent également contaminer d'autres membres de leur famille.

Le Giardia peut aussi se propager pendant un rapport sexuel quand il y a contact avec des excréments.

Quels sont les symptômes de la giardiase?

La giardiase peut causer de la diarrhée, des crampes abdominales, des gaz, des ballonnements, des selles liquides fréquentes de couleur pâle et d'aspect gras, des nausées, une perte de poids et de la fatigue.

Les symptômes se déclenchent d'une à trois semaines environ après l'exposition au parasite. Les symptômes peuvent durer de deux à quatre semaines ou plus. Vous pouvez souvent être infecté sans présenter de symptôme. Dans certains cas, les symptômes peuvent se manifester à nouveau après une amélioration de l'état de santé.

Une infection prolongée ou grave peut entraîner une arthrite réactive et des dommages aux cellules de la paroi du tube digestif. Ce type de dommages peut causer une mauvaise absorption des nutriments. Cette forme d'infection, grave ou prolongée, est rare.

Comment la giardiase est-elle diagnostiquée et traitée?

Si vous pensez que vous êtes atteint de giardiase, adressez-vous à votre professionnel de soins de santé pour obtenir un test de dépistage, des conseils et un traitement. On vous demandera peut-être de soumettre un échantillon de selles pour analyse. Le Giardia peut être difficile à détecter; vous pourriez devoir remettre plusieurs échantillons.

Certaines infections au Giardia disparaissent sans traitement. Votre professionnel de soins de santé décidera si un traitement avec des médicaments antiparasitaires est nécessaire.

Que faire en cas d'infection au Giardia?

Si vous souffrez de diarrhée causée par une infection au Giardia, vous ne devriez pas aller au travail ni à l'école.

Ne nagez pas dans les lacs, les étangs, les ruisseaux, les rivières, les piscines et ne vous baignez pas dans un spa pendant au moins 48 heures après l'arrêt des symptômes de diarrhée ou de vomissements ou selon les indications de votre régie de la santé locale. Vous éviterez ainsi d'infecter d'autres nageurs.

Lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon après avoir utilisé les toilettes et avant de manger ou de préparer des aliments. Séchez-vous les mains avec des serviettes jetables.

Si vous manipulez des denrées alimentaires ou si vous êtes un travailleur de la santé ou en milieu de garde, vous risquez de transmettre le Giardia à d'autres personnes. Restez à la maison si vous avez la diarrhée ou des vomissements. Ne retournez pas au travail dans les 48 heures suivant votre dernière manifestation de symptômes, que ce soit un épisode de vomissements ou de diarrhée, ou selon les indications de votre régie de la santé locale. Le lavage soigneux et fréquent des mains aidera à réduire le risque de transmission.

Les enfants d'une garderie atteints de diarrhée peuvent être pris en charge dans une zone surveillée, à l'écart des autres, jusqu'à ce que leurs parents viennent les chercher. Ils ne doivent pas retourner à la garderie au moins 48 heures après la dernière manifestation de symptômes, que ce soit des selles liquides ou un épisode de vomissements, ou selon les indications de votre agence de santé locale.

Les enfants en garderie doivent être supervisés par un adulte quand ils se lavent les mains. Pour des renseignements sur le lavage des mains, voir la fiche [HealthLinkBC n° 85 Lavage des mains : freinez la propagation des germes](#).

Même quand vous vous sentez mieux, le Giardia peut être encore présent dans vos selles pendant plusieurs semaines si vous ne prenez pas de traitement et vous risquez toujours de contaminer d'autres personnes. Après avoir utilisé la toilette et avant de manger ou de préparer de la nourriture, lavez vous soigneusement les mains avec de l'eau et du savon liquide.

Comment prévenir la giardiase?

Pour aider à prévenir la giardiase, suivez les conseils suivants :

- 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 l'eau de surface non traitée des sources, des ruisseaux, des rivières, des lacs, des étangs, des puits peu profonds ou les eaux souterraines qui risquent de contenir des agents pathogènes. Tenez pour acquis qu'elles sont contaminées avec des excréments animaux.
- Lorsque vous faites du camping, ne vous soulagez pas à moins de 30 mètres d'une source d'eau
- 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 spa alors que vous avez la diarrhée et pendant au moins 48 heures après l'arrêt des symptômes. En évitant cette activité, vous aiderez à protéger les autres nageurs
- Ne buvez pas de lait ou de jus non pasteurisés
- Lavez-vous les mains avant de manger ou de manipuler des aliments
- Lavez-vous les mains après avoir utilisé les toilettes, changé une couche ou touché un animal
- Lavez-vous les mains avant de manipuler des aliments ou de manger
- Évitez les aliments crus et les boissons préparées à base d'eau non traitée, surtout à l'étranger
- Les rapports sexuels sans risque sont recommandés et essayez d'éviter le contact avec les excréments au cours de l'activité sexuelle

Comment éliminer les kystes de Gardia de l'eau?

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

- **Ébullition** : Faites bouillir l'eau à gros bouillons au moins une 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 deux minutes pour la désinfecter. Laissez-la refroidir. Stockez toujours l'eau désinfectée 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
- **Filtration** : Pour éliminer les kystes de Giardia, les filtres doivent avoir une taille de pore absolue d'un micron ou moins, et être certifiés par la National Sanitation Foundation (NSF) ou une autre agence tierce accréditée. Les carafes filtrantes (comme Britas^{MD}) 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
- **Traitement aux ultra-violets (UV)** : Des unités UV pour la désinfection sont aussi disponibles. Demandez de plus amples renseignements aux fournisseurs de systèmes de purification des eaux locaux ou à votre agent de santé environnementale local. De la même façon que pour les systèmes de filtration, l'unité de traitement UV devrait être certifiée par NSF International ou par une autre agence tierce accréditée pour la réduction ou l'inactivation des kystes
- **Autres traitements** : Des unités de distillation et de traitement combiné (filtration et UV) sont aussi disponibles. Demandez de plus amples renseignements aux fournisseurs de systèmes de purification des eaux locaux ou à votre agent de santé environnementale local

Il est important de noter que le Gardia est modérément résistant au chlore : le traitement de l'eau au chlore est donc généralement inefficace pour éliminer le parasite.

Pour obtenir de plus amples renseignements

Pour obtenir de plus amples renseignements sur la désinfection de l'eau, consultez la fiche [HealthLinkBC File n° 49b Désinfection de l'eau potable](#) ou contactez l'agent de santé environnementale local.

Pour de plus amples renseignements sur la National Sanitation Foundation américaine, consultez son site à l'adresse www.nsfcanada.ca/fr/.

