

### Conseils pendant la grossesse

1. Ne manipulez pas ou ne mangez pas de viande crue ou insuffisamment cuite pendant la grossesse (ne la goûtez même pas). Cuisez toutes les viandes à point. La viande bien grillée ou bien cuite ne présente aucun risque, contrairement à la viande insuffisamment cuite ou saignante. Pensez également aux produits carnés crus comme le steak tartare, les différents types de saucisses, le bœuf grillé, le jambon cru, le cervelas, le salami et le chorizo.
2. Nettoyez soigneusement tous les fruits et les légumes!
3. Portez des gants pour jardiner ou pour manipuler de la terre ou du sable!
4. Demandez à quelqu'un de vider la litière du chat tous les jours!



ESCCAP (European Scientific Counsel Companion Animal Parasites; Comité Scientifique Européen sur les Parasites des Animaux de Compagnie) est une association indépendante à but non lucratif dont l'objectif est de rédiger et de diffuser des recommandations pour le traitement et la prévention des principales parasitoses et mycoses des animaux de compagnie.

Stichting ESCCAP Benelux  
Postbus 539 1200 AM Hilversum  
Tel: +31(0)35 6255188 Email: [info@esccap.eu](mailto:info@esccap.eu)  
Web: [www.esccap.eu](http://www.esccap.eu)

Stichting ESCCAP Benelux KvK Midden Nederland nr. 30245648

## Enceinte? Comment prévenir une toxoplasmose



## Qu'est ce que la toxoplasmose?

La toxoplasmose est une maladie causée par *Toxoplasma gondii*- un parasite unicellulaire microscopique qui peut infecter les personnes. Dans la plupart des cas, l'infection ne donne aucun symptôme. Quand des symptômes apparaissent, ils sont assez peu spécifiques et incluent de la fatigue, de la léthargie, des adénomégalies (gros ganglions), une fièvre modérée, et des éruptions cutanées. En général, les symptômes disparaissent en quelques semaines à quelques mois. De plus, une fois qu'une personne a été infectée, elle s'immunise contre le parasite et il est peu probable qu'elle soit à nouveau infectée. Pour ces raisons, la toxoplasmose est une maladie fâcheuse, mais pas très grave, dans la plupart des cas.

## Toxoplasmose et la grossesse

L'infection peut être en revanche dangereuse pour des personnes immunodéprimées et pour les femmes qui sont infectées par *Toxoplasma* pour la première fois durant leur grossesse. La toxoplasmose n'est pas dangereuse pour la mère, mais peut l'être pour l'enfant. On parle dans ce cas de toxoplasmose congénitale. Le bébé s'infecte via le placenta et peut développer des atteintes graves, affectant principalement le cerveau (« de l'eau dans le cerveau » ou hydrocéphalie) et les yeux (perte d'acuité visuelle voire cécité). La sévérité de l'atteinte chez l'enfant dépend du stade de gestation auquel l'infection a lieu. Quelque fois la toxoplasmose congénitale peut causer un avortement ou une naissance prématurée. Les signes de toxoplasmose congénitale ne sont pas toujours visibles immédiatement à la naissance. Quelque fois, les symptômes n'apparaissent que plus tard dans la vie, particulièrement dans le cas de problèmes liés à la vue. Heureusement, les toxoplasmes ne sont pas toujours transmis de la mère à l'enfant pendant la grossesse. On estime que cela se produit dans 30% des cas.

Chez les personnes immunodéprimées (par exemple les personnes ayant subi une transplantation, séropositives), il est important de savoir si elles ont souffert de toxoplasmose dans le passé. Si c'est le cas, l'infection peut se déclarer. Un traitement préventif peut être appliqué dans ce cas.

## Comment les personnes s'infectent-elles avec le *Toxoplasma*?

Les animaux de ferme, incluant les cochons, les moutons et les vaches, peuvent être infectés par *Toxoplasma*, sans présenter de symptôme. Le parasite *Toxoplasma* est présent dans le tissu musculaire: ainsi, en mangeant de la viande crue ou insuffisamment cuite, l'homme peut s'infecter.



Par ailleurs, les selles des chats peuvent contenir des parasites *Toxoplasma* (les oocystes). Ces oocystes ne sont pas immédiatement infectieux pour les autres animaux mais ont besoin de quelques jours pour le devenir. Ainsi, il est important de vider la litière tous les jours pour que les oocystes n'aient pas suffisamment de temps pour devenir infectieux. Il faut également se souvenir que l'environnement extérieur (jardin, bac à sable, etc.) peut être contaminé par les déjections des chats. Les parasites dans l'environnement survivent longtemps (jusqu'à 1,5 ans), il est donc possible que dans un environnement contaminé il n'y ait plus de déjection de chat identifiable. Il est ainsi essentiel de porter des gants quand on jardine. Les fruits et les légumes qui peuvent être contaminés doivent être soigneusement nettoyés avant d'être consommés. S'infecter par contact direct avec les chats ou d'autres animaux est très improbable, donc caresser votre chat ou votre chien n'est pas un problème.

Environ 80% des femmes aux Pays-Bas et presque 50% en Belgique n'ont pas été préalablement infectées par le *Toxoplasma* au moment où leur grossesse se déclare et, de ce fait, ne sont par immunisées contre la toxoplasmose. Par conséquent, il est très important pour une femme enceinte, en particulier si elle est séronégative (c'est-à-dire dépourvues d'anticorps sanguins contre le toxoplasme), de prendre des mesures de prévention contre l'infection à *Toxoplasma* pendant la grossesse. En effet, au cours de la grossesse, il persiste des risques que l'enfant s'infecte par la mère. Les tests sanguins ne sont pas fiables à 100% mais apportent néanmoins de précieuses informations à la future mère. L'éducation des femmes, avant qu'elles ne soient enceintes, sur la manière d'éviter une infection est clairement le meilleur moyen de prévenir la maladie et est d'une importance vitale.

