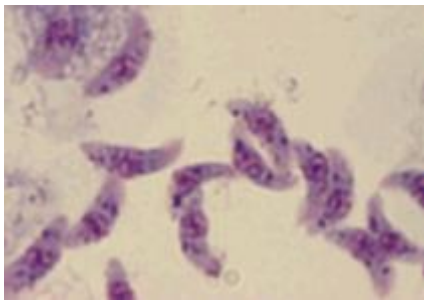


La toxoplasmose : mythe et réalité

Vous avez peut-être entendu dire que vous devez vous séparer de votre chat adoré parce que vous ou votre compagne est enceinte et qu'il peut lui « donner » la toxoplasmose. Bien que le chat soit effectivement un acteur dans la transmission de cette maladie, des mesures d'hygiène simples sont suffisantes pour vous protéger.

Vous n'avez pas à vous séparer de votre compagnon.

QU'EST-CE QUI CAUSE LA TOXOPLASMOSE ?



La toxoplasmose est causée par un parasite *Toxoplasma gondii*, qui peut infecter de très nombreux animaux, de la souris au mouton et à l'Homme.

Lorsqu'il infecte un chat, il peut se reproduire et donner des « œufs » qui sont excrétés avec les selles du chat pendant quelques semaines.

Ces œufs sont très résistants et peuvent rester vivants dans le sol, les bacs à sable, pendant des mois.

Les animaux s'infectent en ingérant de la nourriture souillée par ces déjections de chat. Lorsqu'une souris, un mouton ou un bœuf ingère des œufs, ceux-ci éclosent en larves qui vont se loger dans les muscles où elles restent vivantes.

Le chat s'infecte en mangeant des souris et le cycle peut recommencer.

Les personnes peuvent s'infecter en mangeant de la viande crue ou peu cuite, ou des aliments souillés par les déjections de chat.

QU'ARRIVE T'IL A UN CHAT LORSQU'IL EST INFECTÉ PAR LA TOXOPLASMOSE ?

En général, les chats ne montrent pas de signe de maladie lorsqu'ils sont infectés par la toxoplasmose.

Si le chat est immunodéprimé (jeunes chatons ou chats porteurs des virus de l'immunodéficience féline ou de la leucose féline), il peut avoir un épisode de fièvre, un manque d'appétit et une période d'abattement, et plus rarement peut développer des signes de d'infection pulmonaire, d'inflammation oculaire, ou



des signes d'atteinte neurologique.

Dans la grande majorité des cas, le chat ne montre aucun symptôme de maladie. Lorsqu'il est infecté pour la première fois, le chat excrète des œufs de parasite pendant quelques semaines dans ses selles. Puis il développe une immunité et n'excrète plus d'œufs, même s'il est réinfecté par le parasite au cours de sa vie.

QU'ARRIVE T'IL A UNE PERSONNE INFECTÉE PAR LA TOXOPLASMOSE ?

Les personnes s'infectent le plus souvent en mangeant de la viande crue ou insuffisamment cuite, de bœuf (et veau), mouton et porc. La cuisson tue le parasite. Elles peuvent également s'infecter en touchant (ou mangeant...) les selles de chats excréant les parasites (c'est-à-dire les selles émises pendant quelques semaines par les chats qui sont infectés pour la première fois).

La vaste majorité des personnes infectées par la toxoplasmose (soit entre un tiers et la moitié de la population humaine mondiale) n'ont aucun symptôme et au pire souffrent d'un léger syndrome grippal.

Si une personne est immunodéprimée, elle peut développer des atteintes plus graves des poumons (pneumonie), des yeux (inflammation oculaire) ou du cerveau (encéphalite).

Les femmes enceintes qui sont infectées pour la première fois pendant leur grossesse ne sont en général pas malades elles-mêmes mais le parasite peut passer au fœtus dans l'utérus et entraîner la mort de celui-ci ou la naissance d'enfants aveugles, sourds ou avec des maladies mentales graves.

Y A-T-IL DANGER A POSSEDER UN CHAT ?

Bien que les chats puissent transmettre le parasite par leurs selles, il y a très peu de chance que vous soyez infecté par cette voie :

- le chat n'excrète des parasites que pendant les quelques semaines qui suivent la première fois où il est lui-même infecté en ingérant une souris elle-même contaminée. Ensuite il n'excrétera plus jamais de parasites, même s'il est de nouveau infecté en mangeant une autre souris contaminée.
- Vous ne pouvez vous infecter qu'en mangeant des crottes de chat pendant cette période d'excrétion ou en contaminant votre nourriture avec ces crottes (par exemple en mangeant sans vous être lavé les mains après avoir changé la litière du chat)
- Le parasite n'est pas transmis par la salive ni par le pelage du chat.

La grande majorité des personnes s'infectent en mangeant de la viande crue ou insuffisamment cuite.



QUE FAUT-IL FAIRE POUR EVITER D'ATTRAPER LA TOXOPLASMOSE ?



De simples mesures d'hygiène vous protégeront d'attraper la toxoplasmose, et elles sont suffisantes, même pendant la grossesse :

- Ne mangez pas de viande crue ou peu cuite. Lorsque vous préparez un plat de viande, lavez vous les mains après avoir touché la viande crue.
- Ne buvez pas de lait cru non stérilisé ou pasteurisé
- Lavez les fruits et les légumes avant de les manger, même s'ils sont « bio » ou qu'ils ont été récoltés dans votre jardin
- Lavez vos mains et celles de vos enfants après une séance de jardinage, une promenade au bac à sable, et avant de manger
- Les femmes enceintes et les personnes immunodéficientes ne doivent pas nettoyer la litière des chats, ou si elles le font doivent porter des gants et se laver les mains après. Il faut enlever les selles chaque jour car elles deviennent plus infectantes lorsqu'elles ont plusieurs jours.

Contrairement à ce que vous avez pu entendre dire, il n'est donc pas obligatoire de vous séparer de votre chat lorsque vous ou votre compagne êtes enceinte. Vivre avec un chat n'augmente que très faiblement le risque d'attraper la toxoplasmose et de simples mesures d'hygiène peuvent minimiser ce risque.

Si néanmoins vous avez des questions sur votre propre santé ou celle de votre bébé, n'hésitez pas à consulter un médecin qui vous expliquera les faits plutôt que les mythes concernant la toxoplasmose.