

Feuille de renseignements

Rubéole

Qu'est-ce que la rubéole?

La rubéole est une maladie contagieuse d'origine virale. La rubéole est en général une maladie bénigne chez les enfants, mais elle peut être grave chez les femmes enceintes non immunisées.

Quels sont les symptômes de la rubéole?

La rubéole est habituellement une maladie peu grave et souvent asymptomatique, en particulier chez les enfants. Chez les adultes, les symptômes apparaissent de 2 à 3 semaines après un contact avec une personne infectée. Voici certains des symptômes :

- faible fièvre;
- éruption légère de petites taches qui dure de 1 à 3 jours, qui commence sur le visage et se propage ensuite au reste du corps;
- articulations douloureuses;
- ganglions enflés derrière les oreilles et à la base du cou.

La rubéole provoque les mêmes symptômes chez les femmes enceintes, mais entraîne des risques plus élevés. Pendant la grossesse, la rubéole peut provoquer une fausse couche, l'accouchement d'un mort-né ou causer des malformations au bébé (rubéole congénitale). Le risque de rubéole congénitale est plus élevé pendant les 12 premières semaines de grossesse.

Comment la rubéole se transmet-elle?

La rubéole se transmet d'une personne à l'autre par les gouttelettes provenant du nez ou de la gorge d'une personne infectée (lorsqu'elle tousse ou éternue). Les personnes qui ont la rubéole peuvent transmettre l'infection de 7 jours avant l'apparition de l'éruption jusqu'à 4 jours suivant l'apparition.

Qui est à risque?

Toute personne née en 1970 ou après, qui n'est pas vaccinée, et qui n'a jamais eu la rubéole est à risque. Les personnes nées avant 1970 ont sans doute eu la rubéole quand elles étaient jeunes et sont protégées.

Comment traite-t-on la rubéole?

Il n'existe aucun traitement pour la rubéole et la plupart des gens guérissent à la maison. Les personnes gravement malades doivent communiquer avec un professionnel de la santé.

Comment peut-on prévenir la rubéole?

- Les femmes qui prévoient devenir enceintes devraient passer un test de la rubéole et se faire vacciner si elles sont à risque.
- Tous les enfants du Nunavut devraient se faire vacciner contre la rubéole dans le cadre du programme d'immunisation systématique.
- Pour les personnes nées en 1970 ou après, la vaccination est le meilleur moyen de prévenir la rubéole. Parlez avec votre professionnel de la santé pour vous assurer que vous et votre famille avez été vaccinés contre la rubéole.
- Se laver les mains, en particulier après avoir toussé ou éternué, ou avant et après les soins à une personne malade, aide à prévenir la transmission des germes.
- Éviter le partage de nourriture, de boissons, de cigarettes, d'ustensiles et de brosses à dents.
- Couvrir la toux ou les éternuements avec un papier mouchoir ou le coude.
- Rester à la maison quand vous êtes malade.
- S'assurer d'avoir les vaccins nécessaires avant de voyager à l'extérieur du Canada.