

Lien vers l'article:

<https://infosante.be/guides/grippe-intestinale-infections-gastro-intestinales-aigues>



Grippe intestinale (gastro-entérite)

Une gastro-entérite, qu'est-ce que c'est ?

Une gastro-entérite est une infection gastro-intestinale récente (aiguë), c'est-à-dire une infection du tube digestif. La cause de l'infection est un microbe : un **virus** ou une **bactérie**.

Chez les nourrissons et les enfants entre 1 et 4 ans, un virus, le **rotavirus**, est le principal responsable de la gastro-entérite. D'autres virus, comme l'**adénovirus** et le **norovirus** peuvent également causer une gastro-entérite. Chez les adolescent·es et les adultes, c'est plus souvent le norovirus.

Les principales bactéries qui provoquent une gastro-entérite sont des bactéries appelées *Salmonella*, *Campylobacter*, *E. Coli*, *Shigella* et [Yersinia](#).

Chez qui et à quelle fréquence ?

La gastro-entérite est fréquente chez les enfants **entre 1 et 4 ans**. En général, l'infection guérit d'elle-même et ne demande pas de soins médicaux particuliers, ou alors très peu.

Comment reconnaître une gastro-entérite ?

Le signe (symptôme) principal d'une gastro-entérite est une **diarrhée** qui apparaît soudainement.

On parle de diarrhée en cas de :

- selles **plus de 3 fois par jour**, pendant plus de 24 heures ;
- selles molles ou liquides.

En plus de la diarrhée, il peut y avoir d'autres symptômes, comme :

- des [nausées ou des vomissements](#) ;
- une diminution de l'appétit ;
- de la fièvre.

De fortes diarrhées peuvent provoquer une **déshydratation**. La déshydratation est un manque d'eau dans notre corps, mais aussi de sels minéraux indispensables. Le risque de déshydratation est plus grand chez les **jeunes enfants** et les **personnes âgées**. Vous pouvez voir qu'une personne est déshydratée, par exemple, si :

- ses yeux sont cernés et renfoncés ;
- sa langue est sèche ;
- sa peau perd en élasticité, c'est-à-dire que, quand on la pince, la peau prend plus de temps pour retrouver son aspect de départ.

Comment est posé le diagnostic de gastro-entérite ?

Votre médecin vous pose des questions pour connaître vos symptômes. Il ou elle peut aussi proposer d'examiner votre ventre. Il ou elle vérifie également si vous avez des signes de déshydratation. Cela suffit pour poser le diagnostic.

Une analyse de selles n'est généralement pas nécessaire.

Votre médecin demande une analyse de selles seulement dans certains cas, par exemple en cas de :

- diarrhées avec du sang dans les selles, une forte fièvre et une importante sensation de mal-être ;
- diarrhées avec du sang dans les selles chez un bébé de moins de 6 mois ;
- [intoxication alimentaire](#) dans un lieu partagé par plusieurs personnes, comme une crèche ou une école, par exemple.

Que pouvez-vous faire ?

En général, les symptômes disparaissent d'eux-mêmes au bout de 10 jours. Dans la plupart des cas, en 2 à 3 jours, vous devez aller moins souvent aux toilettes.

Une gastro-entérite peut se transmettre par contact avec du vomi ou des selles. Il est donc important de toujours vous **laver les mains** après le passage aux toilettes.

Les aliments infectés peuvent également transmettre la gastro-entérite. **Lavez-vous toujours les mains** quand vous faites à manger, et travaillez dans des bonnes conditions d'hygiène : sur un espace propre, avec du matériel propre.

Il est essentiel de **boire suffisamment** d'eau (s'hydrater). Par exemple, vous pouvez boire un verre d'eau à chaque fois que vous allez à la selle.

Pour éviter une déshydratation, des sachets de poudre pour préparer une solution de réhydratation orale (SRO ou ORS pour *Oral Rehydration Salts*) sont disponibles à la pharmacie. Ces sachets contiennent du sucre et des sels minéraux. Il faut les dissoudre dans de l'eau et boire la solution en petites quantités régulières. Votre pharmacien·ne vous explique comment les utiliser. La solution de réhydratation orale permet de rétablir l'équilibre des sels minéraux et des liquides dans le corps. Elle apporte une réhydratation plus rapide.

Sans fièvre, le traitement des symptômes suffit.

En cas d'allaitement, vous pouvez continuer à allaiter votre bébé. Si vous utilisez du lait en poudre pour bébé (substitut de lait maternel) et qu'une déshydratation commence, il est préférable de ne donner qu'une solution de réhydratation (SRO) pendant 4 à 6 heures. Ensuite, vous pouvez recommencer à donner le lait habituel. Il ne faut pas le diluer et il peut être composé de lactose et de matières grasses.

En Belgique, il existe 2 vaccins contre le rotavirus. Pour protéger les bébés contre le rotavirus, les autorités belges recommandent de faire ce vaccin **chez tous les bébés**. C'est un vaccin à prendre **par la bouche**. Au cours d'une consultation médicale, un bébé peut recevoir ce vaccin dès l'âge de 8 semaines et avant ses 6 mois.

Que peut faire votre médecin ?

Si vous présentez des signes de déshydratation, votre médecin vous propose un traitement pour corriger la déshydratation et le déséquilibre en sels minéraux.

Dans la plupart des cas, un [antibiotique](#) n'est pas nécessaire. Votre médecin propose un antibiotique seulement dans certains cas, par exemple :

- en cas de diarrhées sévères avec du sang dans les selles et de la fièvre ;
- chez une personne avec un [système immunitaire affaibli](#).

Le lopéramide, un médicament contre la diarrhée, est déconseillé. S'il faut quand même en administrer, il faut limiter le traitement à quelques jours. Il ne faut pas donner ce médicament à des enfants de moins de 12 ans, et certainement pas à une personne qui a de la fièvre ou une diarrhée avec du sang dans les selles.

Les médicaments contre les [nausées et les vomissements](#), comme la dompéridone et le métoclopramide, ne sont pas conseillés. Ils ne sont généralement pas nécessaires et peuvent donner des effets indésirables.

Votre médecin peut vous conseiller de prendre des probiotiques. Ils peuvent peut-être aider à diminuer la durée de la diarrhée mais leur efficacité doit encore être déterminée.

Rédaction le 16 décembre 2019.

Dernière mise à jour le 16 décembre 2019

Lien vers l'article:

<https://infosante.be/guides/grippe-intestinale-infections-gastro-intestinales-aigues>



Liens Utiles

- Dompéridone
<http://www.cbip.be/fr/keywords/domp%25C3%25A9ridone?type=substance>
- Hygiène des mains - Vous êtes en de bonnes mains
<https://www.vousetesendebonnesmains.be/fr/hygiene-des-mains>
- Informations fiables sur les médicaments et les produits de santé
<https://www.pharmainfo.be/>
- Lopéramide
<https://www.cbip.be/fr/keywords/lop%C3%A9ramide?type=substance>
- Probiotiques
<http://www.cbip.be/fr/chapters/4?frag=3343>
- Métoclopramide
<http://www.cbip.be/fr/keywords/m%25C3%25A9toclopramide?type=substance>
- Pour le vaccin, j'hésite... C'est grave docteur ?
<https://questionsante.org/education-permanente/42-nos-outils/par-collection/communication-et-sante/1307-pour-le-vaccin-j-hesite-c-est-grave-docteur?>
- Gastro-entérite à rotavirus
<https://www.vaccination-info.be/maladie/gastro-enterite-a-rotavirus/>
- Diarrhée : le principal risque est la déshydratation
<http://www.mongeneraliste.be/maladies/diarrhee-le-principal-risque-est-la-deshydratation>

Sources

- www.ebpnet.be
<http://www.ebpnet.be/>
- Viral gastroenteritis in adults
<https://bestpractice.bmj.com/topics/en-gb/3000126>
- Viral gastroenteritis in children
<https://bestpractice.bmj.com/topics/en-gb/794/>