

Vous n'êtes pas immunisée vis-à-vis de la
T O X O P L A S M O S E

Chère Madame,

Cette fiche vous est remise car vous n'êtes pas immunisée contre la toxoplasmose.

Qu'est ce que la toxoplasmose ?

- Il s'agit d'un parasite contaminant l'être humain par ingestion.
- Chez l'adulte sain, cela n'entraîne rien de grave (une pseudo-grippe).

Chez la femme enceinte, ce parasite peut traverser le placenta et contaminer le fœtus, entraînant des lésions éventuellement graves, essentiellement au niveau cérébral et oculaire.

- Les personnes ayant déjà été contaminées sont le plus souvent protégées ; cette protection laisse une trace dans le sang : les anticorps anti-toxoplasme, ou "sérologie positive".

Si l'analyse de votre sang a montré que vous n'étiez pas protégée contre la toxoplasmose : il faut éviter de contracter cette infection en cours de grossesse :

- ce qui serait sans gravité pour vous-même,
- mais pourrait être dangereux pour l'enfant.

Le Parasite se rencontre :

- soit dans la viande,
- soit dans la terre souillée par les déjections de chat.

AFIN DE PROTEGER VOTRE FUTUR ENFANT,

- et pour éviter d'être contaminée par le toxoplasme,
- prenez chaque jour les précautions suivantes :

1°) LAVEZ-VOUS LES MAINS SOIGNEUSEMENT :

- après avoir manipulé de la viande saignante,
- ou de la terre,
- ou un animal,
- et avant chaque repas.

2°) MANGEZ DE LA VIANDE TRES CUITE :

- Ne mangez pas de viande saignante (Beefsteak, tartare, fondue, brochettes, méchouis, côtelettes).

3°) LAVEZ A GRANDE EAU tous les aliments souillés de terre (fruits et les légumes), surtout s'ils doivent être consommés crus, en particulier : la salade verte et les fraises.

4°) EVITER LES CONTACTS AVEC LES CHATS :

- Ne leur donnez pas de viande crue.
- Faites nettoyer tous les jours par une autre personne avec de l'eau bouillante ou un désinfectant les récipients qui contiennent leurs excréments.
- Le toxoplasme se trouve dans les poils du chat ou dans ses déjections et vous ne pouvez le contracter que par voie orale (par la bouche). Par conséquent ce n'est pas la peine de vous débarrasser de votre chat ou de fuir tous ceux du quartier. Simplement lavez-vous bien les mains avant de les porter à la bouche quand vous vous en êtes occupé ou avez caressé votre chat.

EN CONCLUSION SURTOUT :

LAVEZ BIEN LES FRUITS ET LES LEGUMES

CUISEZ BIEN LA VIANDE

LAVEZ-VOUS LES MAINS AVANT LES REPAS

En liaison avec votre médecin et votre laboratoire :

- Continuez à surveiller les réactions sérologiques de la toxoplasmose toutes les 4 semaines.
- Si l'infection se produisait, ces examens la détecteraient et le traitement qui protège l'enfant pourrait être entrepris sans retard.