



Le virus du Nil occidental (VNO) s'attrape surtout par la piqure d'un maringouin infecté. Les maringouins deviennent porteurs du virus en piquant un oiseau infecté. Puisque les maringouins piquent plus d'une fois, ils peuvent parfois transmettre le virus en piquant un autre animal ou un humain. Le VNO est apparu au Québec en 2002.

Lorsqu'une personne est infectée par le VNO, elle peut n'avoir aucun symptôme ou avoir des symptômes qui ressemblent à ceux de la grippe, comme des maux de tête, de la fièvre ou des douleurs musculaires. Très rarement (moins de 1 % des cas), elle pourra développer une maladie grave, comme une infection au cerveau, qui peut parfois causer des séquelles neurologiques. Vous devez consulter rapidement un médecin si vous ressentez des maux de tête graves et inhabituels, une forte fièvre, une raideur au cou, de la confusion ou une faiblesse musculaire.



# Viruzzzzzz<sup>z</sup> du Nil

Pour obtenir une information médicale sur le VNO, téléphonez à **Info-Santé**.

Communiquez avec l'équipe de santé au travail de votre centre de santé et de services sociaux (CSSS) pour tout renseignement sur les risques d'infection dans votre travail.

Pour déclarer un oiseau mort ou pour obtenir de l'information sur le VNO, appelez **Communication-Québec** en composant le numéro de téléphone sans frais suivant :

**1 800 363-1363**

Vous pouvez également consulter le site Internet du ministère de la Santé et des Services sociaux, à l'adresse suivante :

**[www.virusdunil.info](http://www.virusdunil.info)**

## VOUS TRAVAILLEZ À L'EXTÉRIEUR ?



Santé  
et Services sociaux  
Québec 

Québec 

05-211-01F

Credit photo : CDC/James Gathany

## Vous pouvez éviter les piqûres de maringouins en prenant les mesures suivantes :

- Portez des vêtements longs, amples, fermés aux poignets, aux chevilles et au cou ;
- Portez des vêtements de couleurs claires ;
- Portez des bas ;
- Si c'est possible, quand il y a beaucoup de maringouins, portez un filet de protection par-dessus votre chapeau ou votre casquette pour vous protéger la tête, le visage et le cou ;
- Lorsque c'est possible, réduisez au minimum le temps de travail à l'extérieur quand les maringouins sont les plus actifs (au lever et au coucher du soleil) ;
- Appliquez un chasse-moustiques contenant du DEET, à une concentration de 20 à 30 %, sur les parties de votre corps non couvertes par des vêtements. La protection dure environ six heures. Si vous suivez bien le mode d'emploi, ce produit est sans danger :
  - Mettez du chasse-moustiques dans vos mains avant de l'appliquer sur votre visage,
  - Évitez de toucher à vos yeux et à vos lèvres,
  - Lavez-vous les mains avant de manger, de boire ou de fumer,
  - Couvrez toute plaie ou coupure ; n'appliquez pas de chasse-moustiques dessus,
  - Lavez la peau traitée au DEET avec de l'eau et du savon, dès que le travail à l'extérieur est terminé.



Credit photo : CDC / James Gathany

## Vous pouvez aussi vous protéger en diminuant le nombre de maringouins dans votre environnement de travail.

Les maringouins peuvent se reproduire partout où de l'eau stagne durant quatre jours ou plus, même si la quantité d'eau est minime. Si possible, enlevez l'eau qui s'accumule dans les contenants ou réservoirs. Par exemple, vous pouvez :

- Couvrir ou renverser les seaux et tout ce qui peut retenir l'eau de pluie (barils, tonneaux, brouettes, bacs et contenants extérieurs divers) ;
- Installer des drains d'écoulement dans les contenants qui ne peuvent être ôtés ou renversés ;
- Se débarrasser des vieux pneus et de l'équipement inutile qui traînent.



Credit photo : SOPFIM



Credit photo : SOPFIM



Si vous trouvez un oiseau mort (corbeau, geai bleu ou corneille), appelez Communication-Québec, au **1 800 363-1363**.

Si vous devez vous-même ramasser l'oiseau, voici comment le faire de façon sécuritaire :

- Ne touchez jamais à l'oiseau les mains nues ;
- De préférence, portez des gants jetables (vinyle, nitrile ou latex) ;
- Couvrez votre main avec deux sacs de plastique, prenez l'oiseau et retournez les sacs par-dessus l'oiseau. L'oiseau sera à l'intérieur et votre main à l'extérieur ;
- Faites attention de ne pas vous blesser avec un os, le bec ou les griffes de l'oiseau ;
- Évitez que votre peau et vos vêtements touchent au sang, aux sécrétions et aux excréments de l'oiseau ;
- Jetez les sacs et leur contenu aux ordures ménagères ;
- Mettez vos gants jetables aux ordures ménagères ;
- Lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon durant au moins 30 secondes.

