

Grossesse et toxoplasmose

Les points clés

La toxoplasmose est une infection parasitaire généralement bénigne. Mais elle peut être grave lorsqu'elle survient pendant la grossesse. C'est pourquoi il est important de savoir si vous êtes immunisée en cas de projet parental.

> LA CAUSE

Le parasite en cause, *Toxoplasma gondii*, est très résistant. Il peut provoquer une infection après être resté plusieurs mois dans le sol. Il est présent dans les muscles d'animaux sous forme de kystes et dans les déjections de chats infectés.

Il est transmis à l'homme par :

- Les déjections de chats infectés.
- Le sol et les aliments souillés par ces déjections (fruits, légumes, eau).
- L'ingestion de viandes infectées peu cuites.

> LES SIGNES

- Dans la majorité des cas, il n'y a aucun signe.
- Parfois, l'infection se manifeste par : des ganglions, une fatigue, une fièvre modérée, des douleurs dans les muscles. Les signes peuvent persister durant plusieurs semaines.
- L'infection guérit seule sans traitement.

> QUELS SONT LES RISQUES?

Au début de la grossesse, une sérologie de la toxoplasmose est réalisée.

- > **Votre sérologie est positive** : vous avez déjà eu la maladie. Vous êtes immunisée et ne risquez rien.
- > **Votre sérologie est négative** : il y a un risque de contracter la maladie. La gravité de l'infection décroît au fur et à mesure qu'on se rapproche de la fin de la grossesse.
- > **Les risques sont** : la fausse-couche, une atteinte du cerveau ou des yeux du fœtus. Les signes de cette atteinte peuvent apparaître longtemps après la naissance. Les précautions sont donc utiles pour éviter d'attraper la maladie.

La prévention

HYGIENE ET ALIMENTATION

- > Cuisez-bien tout type de viande.
- > Lavez-bien les fruits, les légumes et les herbes aromatiques, surtout lorsqu'ils sont consommés crus.
- > Lavez à grande eau les ustensiles de cuisine et les plans de travail.
- > Lavez-vous les mains souvent, notamment :
 - après avoir manipulé de la viande crue, des légumes crus,
 - avant de manger,
 - après avoir jardiné, manipulé de la terre ou des objets.

> CHAT ET SA LITIÈRE...

Vous avez un chat ? Il est conseillé de trouver une personne pour manipuler la litière à votre place. Sinon, mettez toujours des gants et lavez-les à l'eau bouillante tous les jours.



A savoir...

Pas de risque encouru pour :

- Les viandes surgelées du commerce.
- Le poisson.
- Tout ce qui est bien cuit.
- Les griffures de chat.