



Grippe intestinale (infection gastro-intestinale aiguë)

🕒 paru le 16/12/2019 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

Une infection gastro-intestinale aiguë est une infection du tube digestif provoquée par un virus ou une bactérie.

Chez les nourrissons et les enfants en bas âge, le rotavirus est le principal responsable. Mais l'adénovirus et le norovirus peuvent également en être à l'origine. Le norovirus concerne plus souvent les adolescents et les adultes. Les principales bactéries qui entraînent une infection gastro-intestinale aiguë sont les suivantes : Salmonella, Campylobacter, E. Coli, Shigella et Yersinia.

Chez qui et à quelle fréquence survient-elle ?

La grippe intestinale est particulièrement fréquente chez les enfants en bas âge (1 à 4 ans). En général, ils guérissent spontanément et l'infection ne demande pas de soins médicaux particuliers, ou alors très peu.

Comment la reconnaître ?

Les symptômes sont une diarrhée d'apparition soudaine (des selles au moins 3 fois par jour, pendant plus de 24 heures) et/ou des selles molles. La diarrhée peut s'accompagner ou non de vomissements, de nausées, d'une perte d'appétit et/ou de fièvre.

Des fortes diarrhées peuvent entraîner une déshydratation. Ce sont surtout les enfants en bas âge et les personnes âgées qui sont à risque de déshydratation. La langue est sèche, les yeux sont cernés et renfoncés, et la peau perd en élasticité (quand on la pince, la peau prend plus de temps pour retrouver son aspect initial).

Dans la plupart des cas, il faut compter 2 à 3 jours avant de voir diminuer la fréquence des selles. En général, les symptômes disparaissent spontanément au bout de 10 jours.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Généralement, le médecin peut poser le diagnostic en se basant sur les symptômes et un examen clinique du ventre. Il cherchera également d'éventuels signes de déshydratation.

De manière générale, il n'est pas utile d'analyser les selles, sauf en cas de :

- Diarrhées sanguinolentes accompagnées de fortes fièvres et d'une importante sensation de mal-être ;
- Diarrhées sanguinolentes chez les nourrissons de moins de 6 mois ;
- Suspicion d'intoxication alimentaire dans des établissements collectifs, comme des crèches, des écoles, etc.

Que pouvez-vous faire ?

La grippe intestinale se propage en général par contact avec du vomi et/ou des selles. Lavez-vous toujours les mains après être passé aux toilettes. Les aliments infectés constituent une autre source importante de contamination. Lavez-vous toujours les mains quand vous faites à manger, et travaillez dans des bonnes conditions d'hygiène.

Il est essentiel de boire suffisamment (s'hydrater). Une solution de réhydratation orale (SRO) peut être indiquée. Elle peut s'imposer en présence d'un risque de déshydratation. Il s'agit de sachets contenant une poudre composée de sels et de sucres qu'on dissout dans de l'eau (1 sachet pour 500 ml d'eau). Ceci permet de rétablir l'équilibre des sels et des fluides dans l'organisme. Il apporte une réhydratation plus rapide. Vous pouvez éventuellement préparer une solution vous-même en mélangeant 1 cuillère à café rase de sel et 8 cuillères à café rases de sucre dans 1 litre d'eau fraîche. Sans fièvre, le traitement des symptômes suffit.

Il ne faut pas interrompre l'allaitement. Si vous utilisez un substitut de lait maternel et qu'une déshydratation commence, il est préférable de ne donner qu'une solution de réhydratation ou SRO durant 4 à 6 heures. Ensuite, vous pouvez recommencer à donner du lait artificiel. Il ne faut pas le diluer et il peut être composé de lactose et de matières grasses.

Pour protéger les nourrissons contre le rotavirus, les autorités belges recommandent de faire vacciner tous les nourrissons. Le vaccin contre le rotavirus est administré par la bouche. Un nourrisson peut recevoir ce vaccin dès l'âge de 8 semaines. Une seconde dose est administrée après un mois.

Que peut faire votre médecin ?

Dans la plupart des cas, il n'est pas nécessaire d'administrer d'antibiotiques, sauf en cas de sévères diarrhées sanguinolentes accompagnées de fièvre ou au sein de certains groupes à risque.

Le lopéramide, un médicament contre la diarrhée, est déconseillé. S'il faut quand même en administrer, limitez le traitement à quelques jours. N'en donnez pas à des enfants de moins de 12 ans, et certainement pas en cas de fièvre ou de diarrhées sanguinolentes.

Les médicaments contre les nausées, comme la dompéridone et le métoclopramide, ne sont pas conseillés.

Les probiotiques ne sont pas recommandés.

En savoir plus ?

- [Diarrhée : le principal risque est la déshydratation – mongeneraliste.be](http://mongeneraliste.be) – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale
- [Lopéramide – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Dompéridone – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Métoclopramide – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Probiotiques – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Gastro-entérite à rotavirus – Vaccination-Info.be](#)
- [Pour le vaccin, j'hésite... C'est grave docteur ? – Question Santé](#)

Source

www.ebpnet.be