



Toxoplasmose

🕒 paru le 15/10/2019 • 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 ?

La toxoplasmose est une infection due à un parasite unicellulaire appelé *Toxoplasma gondii*. Ce parasite peut infecter divers animaux. Ce parasite vit chez le chat. Le chat s'infeste en mangeant des animaux infectés (par exemple souris, ...). Le parasite se multiplie ensuite dans l'intestin du chat, libérant de nouveaux œufs dans l'intestin qui sont éliminés dans les excréments et se retrouvent ainsi dans la nature (sol, légumes et eau potable). L'homme peut être infecté par contact avec les excréments du chat (par exemple par la litière), en mangeant des légumes non lavés, en buvant de l'eau contaminée et en consommant de la viande qui n'est pas assez cuite. L'infection ne se transmet pas directement de l'homme à l'homme.

Quelle est sa fréquence ?

La toxoplasmose est l'infection parasitaire la plus courante chez l'homme. Sa fréquence varie d'une région à l'autre, en fonction des pratiques agricoles, du nombre de chats, de la surveillance et de l'hygiène alimentaires, ainsi que de facteurs culturels.

La toxoplasmose est principalement dépistée chez les femmes enceintes et les femmes qui ont un désir d'enfant. Environ 1 femme sur 5 a déjà été infectée par la toxoplasmose. Ces femmes ont des anticorps et sont donc protégées. Cela signifie donc que 4 femmes sur 5 doivent faire attention à ne pas contracter la toxoplasmose pendant la grossesse.

Comment la reconnaître ?

La toxoplasmose est dangereuse uniquement pour les femmes enceintes et les personnes immunodéprimées. Une personne en bonne santé peut être infectée sans s'en apercevoir. Les premiers symptômes apparaissent 10 à 14 jours après l'infection (période d'incubation). Les symptômes les plus fréquents sont des ganglions gonflés, douloureux ou indolores, qui sont particulièrement palpables dans le cou, sous les aisselles et dans l'aîne. Une fièvre, une fatigue, des sueurs nocturnes, des maux de gorge et des douleurs musculaires sont aussi possibles. Dans de rares cas, le foie et/ou la rate peuvent gonfler temporairement, entraînant une sensation d'inconfort et une douleur dans le haut du ventre. Une éruption cutanée tachetée peut apparaître. Chez les personnes dont le système immunitaire est affaibli, les symptômes sont généralement plus graves. Une inflammation des poumons, du cerveau et du muscle du cœur (myocarde) peut se produire, qui peut être mortelle.

On parle de toxoplasmose congénitale lorsque la toxoplasmose est transmise de la mère au fœtus. Au début de la grossesse, le risque de transmission de la toxoplasmose est plus faible (1 fois sur 10 au premier trimestre, 7 fois sur 10 au troisième trimestre), mais le risque de complications pour l'enfant est plus grand et les conséquences sont plus graves. Chez le fœtus, l'infection est toujours généralisée et peut toucher le cerveau et moelle épinière (système nerveux central) et des yeux, entraînant une impossibilité de voir (cécité) et/ou un retard mental. Une infection pendant la grossesse ne donne pas nécessairement une infection du fœtus. Le médecin évaluera la gravité de l'infection sur la base d'une analyse de laboratoire.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Un test sanguin permet au médecin de déterminer si vous avez (eu) la toxoplasmose. Chez les femmes qui ont un désir de grossesse ou qui se trouvent dans leur premier trimestre de grossesse, un test sanguin est effectué pour vérifier si elles ont des anticorps contre la toxoplasmose. Si une femme enceinte contracte la toxoplasmose pendant la grossesse, le médecin l'orientera pour des examens complémentaires.

Que pouvez-vous faire ?

La toxoplasmose peut être évitée grâce une bonne hygiène des mains et une bonne hygiène alimentaire. Les conseils suivants doivent être pris en compte :

- ne mangez que de la viande bien cuite,
- nettoyez les ustensiles de cuisine et lavez-vous les mains après avoir manipulé de la viande crue,
- lavez et/ou pelez de préférence tous les fruits et légumes,
- portez des gants pour changer la litière du chat ou pour jardiner, puis lavez-vous les mains quand vous avez terminé.

Que peut faire votre médecin ?

La toxoplasmose disparaît généralement de manière spontanée. Les personnes souffrant d'une infection grave, les patients immunodéprimés et les femmes enceintes recevront des antibiotiques. Les femmes enceintes seront orientées vers un gynécologue pour le suivi.

En savoir plus ?

- [Enceinte, que manger ? \(vidéos\) – Air de familles – ONE – Office de la Naissance et de l'Enfance](#)
- [Hygiène des mains – SPF Santé publique, sécurité de la chaîne alimentaire et environnement](#)

Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Toxoplasmose' \(2000\), mis à jour le 13.02.2017 et adapté au contexte belge le 01.07.2017 – ebpracticenet](#)