

Mpox (variole du singe)

Santé publique – Fiche d'information

La mpox, qu'on appelait avant la variole du singe, est une maladie rare causée par une infection au virus de la mpox. Elle peut causer une éruption cutanée douloureuse, une enflure des ganglions lymphatiques, de la fièvre et d'autres symptômes. La mpox se transmet de trois façons : de personne à personne (la voie la plus courante), d'un contact avec des objets contaminés (p. ex., les vêtements, la literie, les objets partagés) et des animaux aux humains (la voie la plus courante lors d'éclotions antérieures dans d'autres pays). Chez beaucoup de personnes, les symptômes disparaissent d'eux-mêmes, mais certaines personnes peuvent être très malades.

Quiconque a un contact étroit avec une personne qui a la mpox peut être infecté et transmettre le virus, indépendamment de son sexe, de sa race, de son genre ou de son orientation sexuelle. Lors de l'épidémie mondiale de 2022-2023, beaucoup de cas ont signalé un contact physique étroit (y compris un contact sexuel et en face à face prolongé) avec une personne ayant contracté la mpox, ou un contact physique étroit avec des personnes pendant des activités où la mpox a été signalée.

Symptômes de la mpox

La mpox est généralement une maladie bénigne dont la plupart des personnes atteintes se remettent d'elles-mêmes après quelques semaines. Cependant, dans certains cas, ces dernières peuvent devenir très malades.

Les symptômes se manifestent de 5 à 21 jours après l'exposition au virus. Ils se présentent en deux étapes et durent généralement de deux à quatre semaines. À la première étape, les symptômes peuvent comprendre ce qui suit :

- fièvre et frissons;
- douleurs musculaires, dorsales ou articulaires;
- enflure des ganglions lymphatiques;
- maux de tête ou épuisement.

À la deuxième étape, une éruption cutanée apparaît, habituellement d'un à trois jours (parfois plus tard) après le début de la fièvre. L'éruption cutanée ou les plaies ressemblent initialement à des boutons ou à des cloques et peuvent démanger ou être douloureux. L'éruption cutanée peut se produire sur les mains, les pieds, la poitrine, le visage, la bouche ou les parties génitales, et toucher d'autres parties du corps. Cette éruption peut également apparaître dans la zone du contact initial (p. ex., les parties génitales) sans se propager ailleurs sur le corps. L'éruption cutanée dure généralement de 14 à 28 jours et passe par différentes étapes avant de former une gale, qui se détache par la suite.

Les personnes atteintes de la mpox sont considérées comme contagieuses de quatre jours avant l'apparition des premiers symptômes jusqu'à ce que les gales tombent et que la peau en dessous guérisse.

Dépistage de la mpox

Votre fournisseur de soins de santé peut procéder au dépistage de la mpox. Vous pouvez téléphoner à Health Links – Info Santé au 204 788-8200 ou au 1 888 315-9257, si vous avez besoin d'aide pour accéder aux soins de santé.

Si vous présentez des symptômes et pensez avoir été en contact avec une personne atteinte de la mpox, informez-en votre fournisseur de soins de santé au moment où vous prenez rendez-vous pour éviter d'exposer d'autres personnes. Portez un masque de qualité bien ajusté et couvrez les lésions à l'aide de vêtements ou de pansements.

Traitement de la mpox

La plupart des cas sont bénins et les personnes se rétablissent d'elles-mêmes. Bien que rares, des cas graves et des décès peuvent survenir. Dans les cas graves, une administration d'agents antiviraux peut être recommandée.

Vaccin contre la mpox

Imvamune^{MD} est un vaccin qui protège contre la mpox. Son utilisation est approuvée pour les adultes de 18 ans et plus. Imvamune^{MD} ne contient pas le virus de la mpox, mais contient une forme affaiblie du virus de la vaccine. Comme le virus de la vaccine est étroitement lié au virus de la variole et de la mpox, le vaccin peut protéger contre ces deux types d'infections.

Le vaccin contre la mpox peut être utilisé de deux façons différentes pour prévenir les infections :

- avant l'exposition au virus chez une personne qui court un risque élevé d'exposition (prophylaxie préexposition);
- après avoir été exposé au virus, mais avant une infection (prophylaxie post-exposition).

Des infections pourraient même survenir après la vaccination, mais celles-ci seraient probablement moins graves que chez une personne non vaccinée.

Les personnes à plus grand risque d'exposition à la mpox peuvent recevoir l'Imvamune^{MD} comme traitement de prophylaxie préexposition. Pour savoir si vous êtes admissible, rendez-vous au manitoba.ca/health/publichealth/diseases/mpox.fr.html.

Mpox (variole du singe)

Les responsables de la santé publique feront aussi un suivi auprès des personnes qui peuvent avoir été en contact avec une personne atteinte de la mpox pour déterminer si le vaccin est recommandé.

Isolement des cas

L'isolement des cas peut réduire la propagation mpox dans votre foyer et votre collectivité. Il est important de suivre les conseils de l'autorité locale de santé publique de votre région pour savoir quand et comment vous isoler.

Si vous avez reçu un diagnostic de mpox, vous devez vous isoler jusqu'à ce que toutes les croûtes soient tombées et que la peau en dessous soit guérie. Vous pouvez infecter les personnes qui vous entourent tant que votre éruption cutanée est présente.

Règles à suivre pendant la période infectieuse (dès le début des symptômes jusqu'à la disparition de l'éruption cutanée) :

- Demeurez à la maison et isolez-vous dans une pièce séparée des autres membres du foyer (p. ex., une toilette distincte et une pièce privée pour dormir). Si vous n'avez pas d'endroit où vous isoler, adressez-vous aux responsables de la santé publique pour discuter d'autres options
- Évitez de toucher d'autres personnes, y compris les contacts sexuels. Une fois que vous n'êtes plus considéré comme contagieux, toute activité sexuelle devrait inclure le port du condom pendant 12 semaines.
- Évitez tout contact avec les personnes à risques plus élevés de contracter la mpox grave, y compris les personnes immunodéprimées, les femmes enceintes et les enfants de moins de 12 ans.
- Évitez les endroits couramment utilisés par les autres membres du foyer, lorsque c'est possible. Les surfaces et les objets des aires communes auxquelles la personne atteinte peut accéder devraient être nettoyés et désinfectés adéquatement.
- Portez un masque de qualité bien ajusté (de préférence un masque médical) si vous partagez un espace avec d'autres personnes.
- Couvrez les lésions (p. ex., pantalons longs, manches, pansements).
- Évitez de partager des objets, ou d'exposer d'autres personnes à des vêtements, à des serviettes, à de la literie, à des linges ou à d'autres matériaux que vous avez utilisés ou portés. À moins que cela ne soit pas possible, les personnes contaminées doivent s'occuper elles-mêmes de la manipulation et du lavage de leurs propres vêtements, leur literie, leurs serviettes, etc. Elles doivent aussi manipuler et nettoyer elles-mêmes leurs propres ustensiles et leur vaisselle.

- Adoptez une bonne hygiène des mains (lavez-les avec de l'eau et du savon pendant au moins 15 secondes, ou utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool) et servez-vous d'un mouchoir ou de votre coude pour couvrir la toux et les éternuements.
- Si vous allaitez, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé.
- Évitez tout contact avec les animaux, y compris les animaux domestiques.
- Ne sortez de votre isolement que pour l'obtention de soins médicaux urgents ou toute autre urgence semblable.
- Avisez votre fournisseur de soins de santé avant votre rendez-vous pour éviter d'exposer d'autres personnes. Vous devriez porter un masque médical bien ajusté et couvrir vos lésions à l'aide de vêtements ou de pansements lorsque vous allez voir votre fournisseur de soins de santé ou que vous vous rendez dans un établissement de soins de santé.
- Reportez les visites pour les procédures ou autres traitements facultatifs (p. ex., visites chez le dentiste facultatives, tests sanguins facultatifs).
- Abstenez-vous de donner du sang, des cellules, des tissus, du lait maternel, du sperme ou des organes.
- Ne voyagez pas dans d'autres villes, régions, provinces, territoires ou pays pendant la période d'isolement.

Personnes exposées à la mpox

Les responsables de la santé publique aviseront toutes les personnes ayant été en contact étroit et fourniront de l'information sur la surveillance des symptômes, y compris la fièvre, les frissons, l'enflure des ganglions lymphatiques et les éruptions cutanées, pendant 21 jours après la dernière exposition à la personne infectée. Les personnes exposées n'ont pas besoin de s'isoler (quarantaine) si elles ne présentent aucun symptôme. En cas de symptômes, les personnes exposées doivent s'isoler à la maison et suivre les directives relatives aux personnes exposées afin d'éviter la transmission aux autres.

Règles à suivre par toutes les personnes exposées :

- Adopter une bonne hygiène des mains (les laver avec de l'eau et du savon pendant au moins 15 secondes, ou utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool) et se servir d'un mouchoir ou d'un coude pour couvrir la toux et les éternuements. Envisager de porter un masque bien ajusté en présence d'autres personnes dans les espaces intérieurs fermés.
- Ne pas donner de sang, de cellules, de tissus, de lait maternel, de sperme, ou d'organes pendant les 21 jours suivant la dernière exposition.

Mpox (variole du singe)

- Éviter tout contact sexuel pendant la période de surveillance.
- Éviter les interactions non essentielles dans les milieux intérieurs fermés avec les personnes qui présentent des risques plus élevés de contracter la mpox grave, y compris les interactions dans les milieux collectifs (p. ex., foyers de soins personnels, résidences assistées) et avec les personnes immunodéprimées, les femmes enceintes et les jeunes enfants. Si cela est inévitable, envisager de porter un masque médical bien ajusté dans ces milieux. Consulter la santé au travail si vous travaillez dans un milieu à risques élevés, comme un établissement de soins de santé ou un milieu collectif (p. ex., foyers de soins personnels, résidences assistées).
- Afin d'éviter que le virus se propage aux animaux, y compris aux animaux domestiques, au bétail et aux animaux sauvages, demander à quelqu'un d'autre de prendre soin de ces animaux. Si cela n'est pas possible, porter un masque médical et des gants bien ajustés près des animaux. Pratiquer une bonne hygiène des mains avant et après le contact avec l'animal ou les articles avec lesquels il a été en contact, et avant de mettre les gants et de les enlever.
- En cas de symptômes, aviser la santé publique ou appeler Health Links – Info Santé au 204 788-8200 ou sans frais au 1 888 315-9257).

Prévention, nettoyage et désinfection des foyers qui comptent des cas

- Si vous devez être physiquement près d'un cas présumé ou confirmé de mpox dans votre foyer, vous et cette personne devriez porter des masques médicaux bien ajustés.
- Idéalement, une seule personne à la maison devrait s'occuper directement du cas, si besoin est. L'aidant ne doit pas être une personne à risque élevé de symptômes graves de mpox.
- Évitez de partager des articles personnels avec le cas (p. ex., brosses à dents, rasoirs, ustensiles contaminés, vaisselle). Le lavage de routine avec du savon et de l'eau chaude (au lave-vaisselle ou à la main) est une méthode efficace de désinfection.
- Lavez-vous les mains fréquemment, avant et après tout contact avec la personne infectée ou après avoir touché des surfaces ou des objets dans l'environnement de la personne, en particulier ceux avec lesquels elle a été en contact et après le nettoyage et la désinfection. Évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche avec les mains non lavées.
- Il est recommandé de mettre tous les déchets et le recyclage associés à un cas dans un sac doublé, de les attacher solidement et de les éliminer conformément aux directives habituelles d'élimination des ordures ménagères.
- Améliorez la ventilation dans la maison lorsque c'est possible (p. ex., ouvrez les fenêtres).
- Les produits de nettoyage et désinfectants domestiques habituels peuvent être utilisés conformément aux directives du fabricant pour nettoyer les surfaces contaminées (p. ex., surfaces les plus touchées).
- La lessive (p. ex., literie, serviettes, vêtements) peut transmettre le virus et doit être traitée avec précaution. Évitez de secouer ces articles, car ils pourraient répandre des particules infectieuses. La lessive peut être lavée comme à l'habitude dans un lave-linge avec de l'eau chaude et du détergent. L'eau de javel n'est pas nécessaire. Séchez complètement dans une sècheuse.
- Si une personne infectée est incapable de laver ses propres objets, les aidants doivent prendre les précautions suivantes :
 - Porter un masque médical bien ajusté et des gants jetables. Le masque et les gants doivent être éliminés de façon appropriée après chaque utilisation. Adopter une bonne hygiène des mains (les laver avec de l'eau et du savon pendant au moins 15 secondes, ou utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool) avant et après le port de masques et de gants;
 - S'assurer que les vêtements contaminés n'entrent pas en contact avec la peau ou les vêtements.
 - Couvrir la peau qui pourrait entrer en contact avec la lessive contaminée. Laver la peau exposée avec de l'eau et du savon.
 - Retirer et nettoyer les vêtements de l'aidant qui pourraient avoir été en contact avec les vêtements contaminés de la même manière que la lessive contaminée.
- Les surfaces et les objets avec lesquels la personne infectée peut entrer en contact doivent être nettoyés et désinfectés fréquemment, en se concentrant particulièrement sur les surfaces et les objets les plus touchés (p. ex., tables, comptoirs, toilettes, poignées de porte, commutateurs, claviers d'ordinateur). Nettoyez et désinfectez les surfaces après chaque utilisation.
- Si une surface ou un objet est visiblement souillé, il faut d'abord le nettoyer avec des produits de nettoyage ordinaires, puis le désinfecter avec un désinfectant domestique. Assurez-vous que les instructions du fabricant sont suivies au moment de l'utilisation de ces produits. Si un javellisant domestique pour désinfecter (p. ex., une solution d'hypochlorite sodique à 0,1 %) est utilisé, des instructions sur la façon de diluer le javellisant sont disponibles à l'adresse www.canada.ca/fr/sante-canada/services/securite-domicile/securite-produits-chimique-menagers.html.

Mpox (variole du singe)

- Il est recommandé d'utiliser de l'équipement de nettoyage jetable à usage unique (p. ex., des serviettes jetables). S'il n'y a pas d'équipement de nettoyage jetable, le matériel de nettoyage (chiffon, éponge, etc.) doit être lavé, placé dans une solution désinfectante efficace contre les virus ou d'hypochlorite sodique à 0,1 %. Si aucune option n'est disponible, jetez le matériel de nettoyage.
- Il faut éviter d'effectuer des tâches comme épousseter, ou passer le balai ou l'aspirateur. Les méthodes de nettoyage à l'eau sont préférables. Les chiffons et les vadrouilles utilisés pour le nettoyage à l'eau doivent être lavés conformément aux renseignements ci-dessus sur le lavage. Si un aspirateur équipé d'un filtre à haute efficacité (HEPA) est disponible, utilisez-le pour passer l'aspirateur sur les meubles rembourrés et les planchers recouverts de tapis. **Ne passez pas** l'aspirateur sans filtre HEPA sur les meubles ou les tapis, car cela pourrait propager les particules infectieuses. Nettoyez les meubles et les tapis recouverts de tissus qui ont des taches visibles à l'aide de produits de nettoyage offerts sur le marché ou d'un nettoyage à la vapeur professionnel.

Pour plus d'information sur la mpox :

- Health Links – Info Santé au **204 788-8200** ou au **1 888 315-9257**
- **Site Web de Santé Manitoba** – www.manitoba.ca/health/publichealth/diseases/monkeypox.fr.html
- **Site Web du Gouvernement du Canada** – www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/variole-singe.html