

Q1 : La durée d'incubation peut-elle dépasser 7 jours ? Si oui elle peut être de combien de temps ?

Réponse Q1 : Oui, la période d'incubation peut aller de 7 à 10 jours.

Q2 : Est-on systématiquement malade si on a consommé un peu d'eau du robinet ?

Réponse Q2 : Les effets de l'exposition à *Cryptosporidium* sur la santé, comme ceux attribuables à d'autres parasites, dépendent des caractéristiques de la personne et du pathogène. Ainsi, les personnes immunodéprimées, les nourrissons peuvent être plus sensibles.

Q3 : Les symptômes sont-ils variables en fonction de la quantité de crypto présent dans l'organisme ? (peut-on juste avoir un peu mal au ventre 1 ou 2 jours)

Réponse Q3 : Un seul oocyste (parasite) de *Cryptosporidium* peut causer une infection. Cependant, certaines personnes ne présenteront aucun symptôme, d'autres auront des diarrhées plus ou moins importantes ou des douleurs abdominales. La durée de l'infection dépend également du système immunitaire du sujet.

Q4 : Quel est le risque que je contamine mes proches si je suis asymptomatique ou avec très peu de symptômes ?

Réponse Q4 : Il n'y a pas de risque zéro, toutes les précautions doivent être prises quand une personne est contaminée car la transmission est rapide et les symptômes dépendent de l'immunité de chacun. Si la transmission majoritaire résulte de la consommation d'eau ou d'aliments contaminés, la transmission inter humaine (d'une personne à une autre) est possible. Il est donc important de se laver les mains et de veiller à des règles d'hygiène strictes.

Q5 : Je peux être malade combien de temps au maximum ?

Réponse Q5 : La durée de l'infection dépend de l'état du système immunitaire de chacun. Les sujets en bonne santé sont généralement porteurs de l'infection pendant une durée moyenne de 7 à 14 jours. Chez les personnes immunodéprimées, l'infection peut-être plus sévère avec des symptômes plus prononcés : diarrhée importante, avec parfois vomissements, fortes douleurs abdominales, fatigue et fièvre, et peut durer plus longtemps (jusqu'à 30 jours), ce qui nécessite une prise en charge médicale. Pour une personne en bonne santé, l'évolution vers la guérison se fait spontanément, même si parfois les symptômes peuvent durer quelques semaines.

Q6 : Je reste contagieux combien de temps ?

Réponse Q6 : La durée de la période contagieuse s'étend du début des symptômes jusqu'à plusieurs semaines après la disparition des symptômes.

Q7 : Comment préserver mes proches si je suis malade ? dois-je me mettre en « quarantaine » ?

Réponse Q7 : La cryptosporidiose est une gastro-entérite, les précautions qui doivent être prises sont les mêmes que pour une gastro-entérite classique : hygiène des mains (se laver régulièrement les mains avec du savon ou du gel hydro-alcoolique) et veillez à l'hygiène des surfaces de la maison.

Si vous êtes malade ou en contact avec des personnes malades, éviter de vous rendre dans les piscines publiques.

Q8 : Quels sont les bons gestes pour éviter la contamination de mes proches ?

Réponse Q8 : Les règles d'hygiène et les gestes barrières classiques rappelés ci-dessus : se laver les mains avec du savon ou du gel hydro-alcoolique.

Q9 : Quels sont les traitements préventifs et curatifs ?

Réponse Q9 : Suivre les recommandations de l'ARS en cas de contamination avérée des réseaux de distribution d'eau. Donc, pour la boisson, la glace et les glaçons, le lavage des dents, la préparation des aliments et le lavage des légumes crus :

- pour la population générale il est conseillé de consommer de l'eau en bouteille ou de faire bouillir l'eau du robinet pendant 5 minutes avant de la consommer;
- pour les personnes immunodéprimées et les nourrissons il est nécessaire d'utiliser uniquement de l'eau embouteillée.

Il est important de s'hydrater régulièrement en cas de diarrhées aqueuses ou de vomissement

Q10 : Existe-il des médicaments spécifiques ?

Réponse Q10 : Les médicaments qui pourraient être prescrits par votre médecin ou conseillés par votre pharmacien ont pour objectif de traiter les symptômes associés à l'infection : anti diarrhéiques ou anti douleurs.

Q11 : Que faire au bout de 3-4 jours, si je ne note aucune amélioration ?

Réponse Q11 : pour les personnes en bonne santé, l'évolution vers la guérison se fait spontanément en quelques jours, même si parfois les symptômes peuvent durer plusieurs jours. Cependant l'infection peut être plus sévère chez une personne immunodéprimée, ce qui nécessite une consultation médicale et une prise en charge adaptée.