

ROUGEOLE : CE QU'IL FAUT SAVOIR

Qu'est-ce que la rougeole?

- C'est une maladie grave et très contagieuse : respirer le même air qu'une personne infectée suffit pour l'attraper.
- Elle peut donner des complications graves, comme une infection des poumons (pneumonie) ou du cerveau (encéphalite).
- Il peut s'écouler de 5 à 21 jours entre le contact avec le microbe et le début de la maladie.
- Une personne est contagieuse 4 jours avant l'apparition des rougeurs et jusqu'à 4 jours après leur apparition.



Comment savoir si une personne a la rougeole?

Les premiers signes sont :

- forte fièvre;
- toux;
- nez qui coule;
- yeux rouges et larmoyants.

Deux à quatre jours plus tard :

- des rougeurs apparaissent sur le visage;
- elles s'étendent ensuite sur tout le corps;
- elles durent au moins 3 jours.

La rougeole dure de 1 à 2 semaines.

Quelles sont les personnes à risque de complications?

- Les femmes enceintes.
- Les personnes dont le système immunitaire est affaibli par une maladie (ex. : cancer) ou par certains traitements.
- Les enfants de moins d'un an.

Comment se protéger contre la rougeole?

La **vaccination** est le meilleur moyen de se protéger contre la rougeole. Ce vaccin fait partie des vaccins de routine administrés aux bébés. Il est gratuit et très sécuritaire.

Vous pouvez [prendre rendez-vous sur le portail Clic Santé](#) ou en téléphonant au 1 877 644-4545.

Pour savoir si vous êtes vacciné(e) contre la rougeole, téléphonez au 1 877 644-4545.

[Consultez la liste des noms des vaccins contre la rougeole.](#)

Est-ce qu'une personne peut avoir la rougeole même si elle est vaccinée?

Oui, mais cela est beaucoup plus rare que chez les personnes non vaccinées. C'est pourquoi il est important de surveiller l'apparition des signes de la rougeole, que la personne soit vaccinée ou non.

Combien de doses de vaccin sont nécessaires?

- Personne née en 1980 ou après : 2 doses.
- Personne née entre 1970 et 1979 : 1 dose. (2 doses pour les femmes enceintes exposées à la rougeole et pour les travailleurs de la santé)
- Personne née avant 1970 : aucune dose, même si elle ne se souvient pas avoir eu la rougeole.

ROUGEOLE : CE QU'IL FAUT FAIRE

Quoi faire si on pense avoir la rougeole?

- **Restez à la maison dès que vous avez les premiers signes de la rougeole.** N'attendez pas d'avoir des rougeurs. Ne recevez pas de visiteurs à la maison.
- **Évitez d'être en contact** avec des [personnes à risque de complications](#) de la rougeole.
- **Communiquez avec Info-Santé 811** avant de vous rendre dans une clinique ou à l'urgence.
- Si une **consultation médicale** est requise avant d'avoir parlé à l'infirmière du 811:
 - ⇒ Informez le personnel de la clinique que vous pensez avoir la rougeole en prenant votre rendez-vous. On vous dira quelles précautions prendre.
 - ⇒ Évitez les transports en commun.
 - ⇒ Si vous avez un masque, portez-le dès le départ du domicile.
 - ⇒ Dès votre arrivée, informez la personne qui vous accueille que vous pensez avoir la rougeole. Demandez un masque si vous n'en aviez pas et portez-le.

Avant l'apparition des rougeurs, les personnes pensent souvent avoir un simple rhume et continuent leurs activités normales, ce qui favorise la transmission à d'autres personnes.

Y a-t-il un traitement contre la rougeole?

Il n'existe pas de traitement particulier contre la rougeole. La vaccination demeure le meilleur moyen de se protéger contre cette maladie. Si vous avez la rougeole, vous devez :

- rester à la maison jusqu'à 4 jours après le début des rougeurs. Par exemple, si les rougeurs ont débuté le lundi, vous pourrez sortir de votre maison le samedi.
- éviter les contacts avec d'autres personnes;
- bien vous reposer;
- boire beaucoup de liquides, comme de l'eau;
- prendre des médicaments contre la fièvre et les malaises, au besoin.

D'autres questions sur la rougeole?

- [Communiquez avec Info-Santé 811](#)
- [Consultez la page rougeole de Québec.ca](#)
- [Consultez la page éclosion de rougeole de Québec.ca](#)

