

1- INTRODUCTION

Une épidémie de choléra vient d'être déclarée par le ministère de la santé publique du Cameroun. Les statistiques officielles font état de plus de 50 cas diagnostiqués à Garoua, plusieurs à Yaoundé et à Douala. Il n'est pas exclu que l'épidémie soit déjà dans d'autres contrées.

Il est important de sensibiliser les travailleurs de nos entreprises et les populations de toutes les localités du pays afin qu'elles soient informées: des modes de transmission, des moyens de prévention, et des modalités de prise en charge des personnes infectées. En effet:

- Le choléra est une maladie extrêmement virulente avec un risque de décès très élevé et très rapide
- Cette maladie sévit sous forme d'épidémie et peut affecter toute personne (enfants comme adultes) lorsqu'elle est déclarée dans une localité
- Selon les estimations, il y a chaque année 3 à 5 millions de cas de choléra dans le monde, avec 100 000 à 120 000 décès
- **Mais, pris en charge rapidement dans les formations sanitaires adaptées, on peut guérir jusqu'à 80% des sujets atteints.**

2-QU'EST CE QUE LE CHOLERA?

Le cholera est une maladie très contagieuse qui se manifeste par :

- Une diarrhée abondante, liquide et répétée
- Des vomissements répétés et abondants (parfois absents)
- Des maux de ventre



Le microbe en cause s'appelle le vibron cholérique (*Vibrio cholerae*)

3-COMMENT ATTRAPE-T-ON LE CHOLERA ?

1. En buvant de l'eau souillée, c'est-à-dire

- Eau de puits non traitée
- Eau de source non traitée
- Eau de marigot non traitée
- Eau vendue en sachet ou en bouteille au bord de la route
- Toute eau conservée dans les récipients sales



2. En mangeant les crudités et des fruits non lavés à l'eau javellisée



3. En mangeant des aliments cuits, mais mal Conservés

4. En mangeant avec les mains sales



5. En manipulant à mains nues les vomissements, les selles et la lingerie souillée des malades (voir manipulation des cadavres de cholera à mains nues dans certaines familles)



4- COMMENT ÉVITER LE CHOLERA ?

TROIS RÈGLES D'OR POUR ÉVITER LE CHOLÉRA :



1° Bien faire cuire vos aliments



2° Utiliser toujours l'eau sécurisée



3° Se laver les mains

Pour les aliments

Bien faire cuire les aliments et les conserver chauds

Bien laver les crudités et les fruits à l'eau javellisée avant de les consommer

NB : Pendant la période de l'épidémie :

Les enfants à l'école ou dans le quartier doivent éviter au maximum de consommer les aliments et boissons non sécurisés (kossam, foléré, njinja, glaces, sucettes, eau en détail...)

Tout le monde doit éviter autant que possible de manger les crudités

LA PROPRETÉ DES MAINS

Quand laver les mains:

- Avant de faire la cuisine
- Avant et après les repas
- Avant de nourrir vos enfants
- Après être allé aux toilettes
- Immédiatement après avoir manipulé les selles, les vomissements et la lingerie souillée des malades

Comment laver les mains ?

- Utiliser toujours du savon
- Laver les mains à grande eau



COMMENT SÉCURISER L'EAU ?

1ère Méthode : Faire bouillir l'eau :

- Mettre l'eau dans un récipient propre
- Chauffer jusqu'à ce que l'eau commence à bouillir
- Laisser bouillir pendant 15 mn
- Puis laisser refroidir dans le même récipient propre et fermé

2ème Méthode : Javelliser l'eau :

- Mettre l'eau dans un récipient de 10 litres
- Ajouter une cuillère à café d'eau de javel
- Remuer un peu pour harmoniser

PREVENTION COLLECTIVE EN ENTREPRISE

- Intensification de la sensibilisation dans votre entreprise et dans vos familles
- **Education du personnel de ménage sur les procédures de prévention de la propagation des épidémies lors du nettoyage des installations sanitaires**
- Utilisation systématique de l'eau de javel parmi les détergents de nettoyage
- Les responsables des unités au sein des entreprises doivent veiller à ce que:
 - l'eau, les savons liquides, les essuies mains soient disponibles dans les toilettes.
 - Les distributeurs d'eau potable soient disponibles sur les lieux de travail avec des gobelets à usage unique.

QUE FAIRE EN CAS DE CHOLÉRA ?

En cas de suspicion de cholera:

- Se rendre directement dans l'hôpital le plus proche
- Appeler votre Médecin ou Infirmier du travail ou de famille



Les hôpitaux publics sont approvisionnés et équipés pour assurer la prise en charge

Prévention Médicale: la vaccination

Bien que le meilleur moyen de protection contre cette épidémie reste les règles d'hygiène, il existe un vaccin oral (le Shanchol). Il est disponible au centre pasteur et dans les centres de vaccination internationaux. Il se donne en 02 doses espacées de 02 semaines puis à renouveler dans 02 ans. La protection est efficace pendant au moins 02 ans.