

J'ai la rougeole : que dois-je faire ?

Premiers signes de la rougeole

Ils peuvent apparaître **1 à 2 semaines**
après avoir été exposé au virus :

- ➔ fièvre élevée ;
- ➔ toux de plus en plus marquée ;
- ➔ écoulement du nez et des yeux ;
- ➔ yeux rouges gonflés et gêne à la lumière ;
- ➔ grande fatigue.

Après **3 ou 4 jours** de fièvre élevée :

- ➔ apparition d'une **éruption de boutons** (petites taches rouges) ;
- ➔ d'abord **derrière les oreilles** puis au niveau du **visage**, puis dans le **cou**, sur le **thorax** et tout le **corps**.

La rougeole est une maladie extrêmement contagieuse qui se transmet par l'air (postillons, toux, éternuements...) à toutes les personnes non vaccinées et qui ne l'ont jamais eue. C'est une maladie virale contre laquelle il n'y a **pas de traitement spécifique** ou antibiotique.

5 consignes à respecter en cas de symptômes

1

J'appelle mon médecin pour être pris en charge

- ➔ J'évite de me déplacer d'emblée au cabinet de mon médecin ou aux urgences pour ne pas contaminer les autres patients.

2

J'informe au plus vite mon entourage

- ➔ Toutes les personnes avec qui j'ai été en **contact ces 5 derniers jours**.

Femmes enceintes, parents d'enfants de moins de 12 mois, personnes immunodéprimées en priorité. En cas de doute sur leurs antécédents de vaccination ou de rougeole, **elles pourront contacter leur médecin** et recevoir une dose de vaccin ou un traitement approprié si nécessaire.

3

Je m'isole à mon domicile pendant la maladie

- ➔ Je **limite les contacts** avec mon entourage.
- ➔ **J'évite les sorties et surtout les lieux collectifs** (crèches, écoles, travail, centres commerciaux, cinémas, transports en commun...).
- ➔ **J'aère mon logement** au moins 10 minutes par jour.

4

Je porte si possible un masque

- ➔ **En cas de contacts** avec d'autres personnes.

Les masques chirurgicaux sont **en vente en pharmacie**.

5

Si mon état de santé se dégrade, j'appelle le 15 (SAMU)

La rougeole peut entraîner des **complications graves** nécessitant une hospitalisation.

- ➔ **Épuisement**
- ➔ Difficultés **respiratoires**
- ➔ Troubles de la **vue** importants
- ➔ **Fièvre** qui ne baisse pas
- ➔ Forts **maux de tête**
- ➔ **Troubles** de la conscience...