

PRECAUTIONS A PRENDRE EN VUE D'EVITER LA TOXOPLASMOSE

Chère Madame,

L'objectif de ces recommandations est d'éviter de contracter la toxoplasmose en cours de grossesse ce qui serait sans gravité pour vous mais qui peut **parfois** être dangereux pour l'enfant.

Pour éviter d'être contaminé par la toxoplasmose, parasite qui se rencontre soit dans la viande, soit dans la terre souillée par les déjections de chats, prenez chaque jour les précautions suivantes **en cours de grossesse uniquement** :

1. Lavez-vous les mains soigneusement après avoir manipulé de la viande saignante ou de la terre et avant chaque repas.
2. Mangez de la viande très cuite. Ne mangez pas de viande saignante, bifteck tartare, filet américain, fondue bourguignonne, brochette, méchouis, côtelettes ou un quelconque morceau de viande crue. Evitez l'agneau et le mouton.
3. Lavez à grande eau tous les aliments souillés de terre, surtout s'ils doivent être consommés crus, en particulier salade verte et fraises.
4. Evitez les contacts avec les excréments de chats. Ne donnez pas de viande crue à vos chats. Faites nettoyer par une autre personne avec de l'eau bouillante ou un désinfectant les récipients qui recueillent leurs excréments.

Ces quelques précautions diminueront très fortement (de l'ordre de 92 %) le risque de contracter la toxoplasmose en cours de grossesse.

Une surveillance des réactions sérologiques de la toxoplasmose sera réalisée à deux reprises durant la grossesse.

Si vous vous posez d'autres questions à ce sujet, n'hésitez pas à me les poser à l'occasion de votre prochaine consultation.