



STOP à  
la ROUGEOLE  
en occitanie

Vous ou l'un de vos proches  
avez été en contact  
avec une personne  
atteinte de ROUGEOLE  
une seule protection :  
la vaccination

# Qu'est-ce que la rougeole ?

**La rougeole est une maladie hautement contagieuse** qui cause de la fièvre et des boutons rouges. La rougeole est une maladie à prendre au sérieux. Elle peut parfois nécessiter une hospitalisation et entraîner des complications neurologiques graves pouvant aller jusqu'au décès.

## Quels sont les modes de transmission ?

Le virus de la rougeole est très **contagieux** et se développe dans le nez et la gorge des personnes infectées et **se transmet par l'air** quand une personne infectée **éternue, tousse ou parle**.

Il peut persister dans l'air jusqu'à 2 heures.

Une transmission est également possible par contact avec des sécrétions (salive, écoulement nasal). Les personnes ayant la rougeole, peuvent transmettre la maladie de 5 jours avant à 5 jours après l'apparition des boutons.

Je suis  
**contagieux(se)**  
de **5 jours avant**  
à **5 jours après**  
l'apparition  
des boutons

## Quels sont les symptômes ? Quand apparaissent-ils ?



Les **symptômes** peuvent commencer à tout moment de **7 à 18 jours** après avoir été en **contact** avec la **personne atteinte de rougeole**.

Au début la rougeole ressemble à un rhume. Une **toux**, une **fièvre supérieure à 38,5°C**, le **nez qui coule** et des **yeux rouges-larmoyants** sont courants.



Quelques jours plus tard, des **boutons rouges** apparaissent sur le visage, puis se répandent sur le reste du corps.

# Que puis-je faire pour prévenir la rougeole ?

## La vaccination est la meilleure protection

En se vaccinant on se protège et on protège les autres.

### 2 doses de vaccin

1<sup>ère</sup> dose de vaccin trivalent  
contre la rougeole, les oreillons  
et la rubéole à **12 mois**

2<sup>ème</sup> dose de vaccin trivalent  
entre **16 et 18 mois**

La **vaccination** est recommandée  
pour toutes les **personnes nées après 1980**

### Je suis protégé(e) si

J'ai déjà **eu la rougeole**  
**ou**  
j'ai reçu **2 doses du vaccin ROR**  
(Rougeole-Oreillons-Rubéole)

### Dans tous les autres cas

J'ai reçu **1 seule dose du vaccin**  
Je ne suis **pas vacciné(e)**  
et je n'ai **pas eu la rougeole**  
Je ne **sais pas** ou j'ai un **doute**

**Je consulte rapidement mon médecin**  
après l'exposition pour qu'il me **conseille**  
et mette à jour **mes vaccinations** si nécessaire.  
Il n'y a pas de risque à refaire le vaccin.

si vous avez eu la rougeole,  
vous êtes protégé à vie contre celle-ci.  
dans le cas contraire, il est préférable  
de vous faire vacciner.



# Quelles mesures sont à prendre pour les personnes atteintes de rougeole ?

Il existe seulement des médicaments pour atténuer les symptômes.

**Des mesures d'hygiène sont à respecter pour éviter la transmission du virus :**



## En cas d'hospitalisation

Des mesures seront mises en place par le personnel soignant :

- > Chambre individuelle, aérée fréquemment,
- > Limitation des déplacements hors de la chambre,
- > Port d'un masque à l'entrée et à la sortie de la chambre.



## À domicile

Durant la période de contagion, il faut **éviter les contacts** avec l'entourage (en particulier les enfants non vaccinés) et **aérer** les pièces régulièrement. Si vous avez besoin de vous déplacer, il est nécessaire de porter un masque. Lavez-vous les mains régulièrement à l'eau et au savon ou utilisez un produit hydro-alcoolique.



## Au travail ou à l'école

Afin de limiter les risques de contagion, il est préférable de rester chez vous :

- > **5 jours minimum à partir du début de l'éruption des boutons,**
- > **10 jours dès l'apparition des premiers symptômes.**

Vous devez prévenir votre encadrement ainsi que la médecine du travail. Dans le cadre scolaire, pensez à prévenir la direction de l'établissement.



## Que faire en cas de contact avec une personne qui a la rougeole ?

Il est nécessaire de **s'adresser rapidement à son médecin traitant**.

Celui-ci vérifiera si vous avez eu la rougeole et si vous avez été vacciné(e).

Le cas échéant une mise à jour de votre vaccination pourra vous être prescrite.

Si cette mise à jour est réalisée dans les 72h qui suivent le contact, elle peut parfois éviter la survenue de la maladie chez les personnes non-immunisées.