

# VIRUS ZIKA

## Ce que vous devez savoir

Cigna®

Cigna suit de près l'évolution de la flambée de la maladie et nous sommes prêts à aider nos clients, le cas échéant.



24/7/365

Rappelez-vous que notre service clientèle est disponible 24h/24, 7j/7 et 365j/an pour répondre à vos questions concernant les prestations de santé et autres questions connexes.



[www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)  
et  
[www.who.int/fr](http://www.who.int/fr)

Pour plus de détails concernant le virus Zika, veuillez consulter le site Web des Centres pour le contrôle et la prévention des maladies à [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov) ou le site de l'Organisation mondiale de la Santé à [www.who.int/fr](http://www.who.int/fr).

## 1. Qu'est-ce que l'infection à virus Zika et comment se propage-t-elle ?



Selon l'Organisation mondiale de la Santé (WHO), le virus Zika est transmis aux humains par la piqûre d'un moustique infecté, particulièrement le moustique dans les régions tropicales. Ce moustique transmet aussi la dengue, le chikungunya et la fièvre jaune.

Le virus peut se propager aussi par transmission sexuelle et par transfusion sanguine.

## 2. Quels sont les symptômes ?



- › Environ une personne sur cinq infectée par le virus Zika tombera malade.
- › Le virus Zika cause habituellement une maladie bénigne dont les symptômes se manifestent quelques jours après la piqûre par un moustique infecté. La plupart des personnes touchées par le virus Zika présenteront une fièvre légère et une éruption cutanée. D'autres peuvent présenter une conjonctivite et des douleurs musculaires et articulaires, et se sentir fatiguées. Les symptômes disparaissent habituellement au bout de deux à sept jours.

## 3. Une mère peut-elle transmettre le virus à son enfant ?



Des rapports ont signalé la survenue d'une malformation congénitale grave du cerveau appelée la **microcéphalie** (malformation dans laquelle la taille de la tête d'un nouveau-né est sensiblement plus petite que celle d'autres nouveaux-nés du même âge et du même sexe) ainsi que d'autres problèmes périnataux chez les nouveaux-nés de mères infectées par le virus Zika pendant leur grossesse. Nous en apprenons plus chaque jour sur le lien entre le virus Zika et les troubles de grossesse. Avant qu'on en sache davantage, les CDC recommandent aux groupes suivants de prendre des précautions particulières.

### Les femmes enceintes (tout trimestre)

- › Le virus Zika peut être transmis sexuellement par un homme à son partenaire. Il est possible qu'un homme soit porteur du virus Zika et le transmette à son ou ses partenaire(s) même en l'absence de symptômes ou sans savoir qu'il est infecté. En raison du lien entre le virus Zika et les malformations congénitales, prenez toutes les précautions nécessaires pour éviter d'être infectée pendant votre grossesse.
- › Songez à reporter tout voyage dans les zones où la transmission du virus Zika est active.
- › Si vous devez vous rendre dans une de ces zones, consultez d'abord votre médecin et adhérez strictement à toutes les **mesures pour éviter les piqûres de moustiques** pendant votre séjour.



### Les femmes qui tentent de concevoir

- › Le virus Zika peut être transmis par un homme par voie sexuelle avant, pendant ou après la grossesse.
- › Les femmes chez qui l'infection à virus Zika a été diagnostiquée devraient patienter au moins huit semaines après l'apparition des symptômes avant de tenter de concevoir. Les hommes chez qui l'infection à virus Zika a été diagnostiquée devrait patienter au moins six mois après l'apparition des symptômes avant de tenter de concevoir. Les femmes qui ne présentent aucun symptôme et les hommes qui ont été exposés éventuellement au virus Zika devraient attendre au moins huit semaines après leur exposition avant de tenter de concevoir.
- › Les femmes et leurs partenaires qui envisagent une grossesse devraient consulter leur professionnel de santé concernant :
  - Leurs plans de grossesse, le risque potentiel d'infection à virus Zika au cours de la grossesse et l'exposition éventuelle de leur partenaire au virus Zika. Pour en savoir plus, visitez :  
<http://www.cdc.gov/zika/pregnancy/thinking-about-pregnancy.html>

## 4. Comment diagnostique-t-on la maladie ?



Chez la plupart des personnes, le diagnostic d'infection à virus Zika se fonde sur leurs symptômes et leurs antécédents récents (par exemple, piqûres de moustique ou voyage dans une région où le virus Zika est présent). Un laboratoire peut confirmer le diagnostic par des analyses de sang.

## 5. Comment traite-t-on la maladie ?



Il n'existe aucun vaccin ou médicament spécifique pour le traitement des infections par le virus Zika.

Les symptômes peuvent toutefois être traités.

- › Accordez-vous beaucoup de repos
- › Buvez beaucoup d'eau pour éviter de vous déshydrater
- › Prenez des médicaments comme du paracétamol pour réduire la fièvre et les douleurs
- › Ne prenez pas de l'aspirine ou d'autres anti-inflammatoires non stéroïdiens
- › Si vous êtes sous traitement pour tout autre trouble médical, consultez votre professionnel de santé avant de prendre des médicaments supplémentaires

## 6. Dans quelles régions le virus Zika a-t-il été confirmé récemment ?



À la fin janvier 2016, des cas d'infection ont été confirmés dans les pays suivants.

### Amérique latine et les Caraïbes

Aruba, la Barbade, Bolivie, Bonaire, Brésil, Colombie, Costa Rica, Cuba, Curaçao, Dominique, République dominicaine, Équateur, Salvador, Guyane française, Guadeloupe, Guatemala, Guyana, Haïti, Honduras, Jamaïque, Martinique, Mexique, Nicaragua, Panama, Paraguay, Porto Rico, Saint-Martin, Saint-Vincent et les Grenadines, Suriname, Trinité-et-Tobago, Îles Vierges des États-Unis et Vénézuéla

### Océanie et Îles du Pacifique

Samoa américaines, Îles Marshall, Nouvelle-Calédonie, Samoa, Tonga

### Afrique

Cap-Vert



## 7. Comment puis-je me protéger ?

Selon la WHO, la meilleure façon de se protéger contre le virus Zika est d'éviter les piqûres de moustiques. Les femmes enceintes ou qui envisagent une grossesse, de même que leurs partenaires sexuels, devraient faire particulièrement attention et se protéger contre les piqûres du moustique qui transmet le virus Zika. Pour cela, il convient d'adopter les mesures suivantes :

- Porter des vêtements (de préférence de couleur claire) aussi couvrants que possible.
- Utiliser de l'insectifuge : ces produits peuvent être appliqués sur la peau exposée ou sur les vêtements et devraient contenir du DEET (diéthyltoluamide), de l'IR 3535 ou de l'Icaridine, les principes biologiquement actifs les plus fréquents dans les insectifuges. Ces répulsifs doivent être utilisés en suivant strictement les instructions figurant sur l'étiquette. Ils peuvent être utilisés en toute sécurité par les femmes enceintes. (Vérifiez les réglementations de votre pays concernant les types de répulsifs recommandés. )
- Installer des obstacles physiques comme des moustiquaires rigides ou en tissu traité aux portes et aux fenêtres.
- Dormir sous des moustiquaires, en particulier pendant la journée, lorsque les moustiques Aedes sont les plus actifs.
- Rechercher et éliminer les gîtes larvaires potentiels des moustiques en vidant, nettoyant ou recouvrant les contenants susceptibles de retenir l'eau, même en petite quantité, par exemple les seaux, les pots de fleur et les pneus.

Si vous êtes une femme enceinte ou qui envisage une grossesse, et avez un partenaire masculin qui vit ou s'est rendu dans une zone affectée par le virus Zika, consultez votre prestataire de soins concernant ses antécédents de voyage. Adhérez aux recommandations des CDC et prenez toutes les mesures de précaution nécessaires y compris l'abstinence, pour éviter toute transmission sexuelle du virus.

## 8. Quand doit-on consulter un médecin ?

- Consultez votre professionnel de santé si vous développez un des symptômes décrits à la page 1 et si vous vous êtes rendu(e) dans une zone où le Zika sévit.
- Consultez votre professionnel de santé si vous êtes enceinte et développez une fièvre, une éruption cutanée, des douleurs articulaires ou une conjonctivite dans les deux semaines qui suivent votre voyage dans un pays où des cas d'infection à virus Zika ont été documentés.



Les informations fournies ici et d'autres renseignements complémentaires concernant le virus Zika, sont disponibles sur les sites Web ci-dessous. Cliquez les liens pour y accéder.

- Centres pour le contrôle et la prévention des maladies (CDC) : [www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika)
- Organisation mondiale de la Santé (WHO) : <http://www.who.int/topics/zika/fr/>

Together, all the way.®



Cette documentation est fournie à titre d'information uniquement et ne constitue pas un avis médical. Il en incombe à chacun de consulter des experts médicaux indépendants.

Tous les produits et services Cigna sont fournis exclusivement par ou par l'entremise des filiales d'exploitation de Cigna Corporation et notamment par Cigna Health and Life Insurance Company ou des filiales de service. Le nom et le logo Cigna et les autres marques de Cigna appartiennent à Cigna Intellectual Property, Inc. Toutes les photos sont utilisées à des fins d'illustration uniquement.

887307FR a 04/16 © 2016 Cigna. Une partie du contenu est concédée sous licence.