

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 **dernière 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...**