**Liste de messages clés pour la communication**

**sur les risques et la mobilisation communautaire lors des flambées épidémiques de choléra**

23 février 2023

*Ces messages doivent être adaptés au contexte local et au public en fonction des besoins et des données épidémiologiques, sociales et comportementales.* *Ils doivent toujours être délivrés dans la langue locale en tenant compte des niveaux d’alphabétisme, et via des canaux d’information fiables.* *Des remarques ont été ajoutées dans le texte ci-dessous lorsqu'une attention particulière doit être apportée à l'adaptation des messages au contexte.*

**Aperçu de la situation actuelle**

* Plus de pays que d'habitude dans le monde sont actuellement confrontés à des flambées épidémiques concomitantes de choléra.
* Cette réalité est liée au changement climatique, aux conflits, aux déplacements de population et à la pauvreté, qui limitent l’accès des populations à l’eau potable et à l’assainissement.
* Dans certains pays, le nombre de personnes qui meurent du choléra est particulièrement élevé.
* Le choléra peut être évité en veillant à ce que les communautés aient accès à une eau potable et à des systèmes d’assainissement durables et à ce qu’elles appliquent de bonnes pratiques d’hygiène.

**Principaux messages pour la communication sur les risques et la mobilisation communautaire :**

1. **Le choléra est une maladie infectieuse qui provoque des diarrhées et des vomissements**

* Vous pouvez attraper le choléra en mangeant ou en buvant des aliments ou de l’eau contaminés, en ayant un contact avec des excréments ou des vomissements contaminés, ou en ayant un contact non protégé avec le corps d’une personne décédée du choléra.

1. **Si quelqu’un a le choléra :**

* Restez calme. Avec des soins rapides, la plupart des gens se rétablissent complètement.
* Tout d’abord, maintenez la personne hydratée en lui faisant consommer une solution de réhydratation orale (des sachets ou un mélange d’un litre d’eau potable, 6 cuillères à café de sucre et une demi-cuillère à café de sel). *Remarque : les proportions doivent être ajustées selon les points de référence locaux.* *Il faut adapter les recommandations nationales pour la préparation d’une solution de réhydratation orale à domicile.*
* Ensuite, consulter un médecin. *Remarque : il faut inclure des informations locales sur la manière et le lieu de consultation.*

1. **Si le choléra circule dans votre communauté, protégez-vous et protégez vos proches de la manière suivante :**

* Lavez-vous les mains régulièrement à l’eau et au savon, surtout après avoir touché des excréments ou avant de manger.
* Utilisez de l’eau potable (désinfectée, bouillie ou en bouteille) pour boire, laver les fruits et légumes et cuisiner.
* Cuisez soigneusement les aliments, gardez-les couverts et consommez-les immédiatement après la cuisson, pendant qu’ils sont encore chauds.
* Continuez à allaiter les nourrissons et les jeunes enfants.
* Faites-vous vacciner avec le vaccin oral contre le choléra si vous en avez la possibilité.

**À propos du choléra**

**Signes et symptômes du choléra :**

* Le choléra est une infection bactérienne qui peut entraîner une diarrhée sévère et des vomissements.
* Les symptômes du choléra sont les suivants :
  + diarrhée très abondante (qui ressemble parfois à de l’eau de riz),
  + vomissements (qui ressemblent parfois à de l’eau de riz),
  + crampes aux jambes,
  + sensation de faiblesse.
* Une diarrhée sévère peuvent provoquer une déshydratation, ce qui peut entraîner une faiblesse, voire le décès, si elle n’est pas traitée rapidement.
* Les symptômes et les signes de déshydratation sont la soif, la faiblesse ou la fatigue, les yeux enfoncés et la diminution de l’élasticité de la peau.
* Les nourrissons, les jeunes enfants, les personnes âgées et les personnes déjà malades sont le plus à risque de faire une forme grave de la maladie s’ils attrapent le choléra.
* Le plus important pour réduire le nombre de décès dus au choléra est que toute personne présentant des symptômes boive une solution de réhydratation orale dès qu’elle tombe malade et qu'elle se rende rapidement dans un centre de santé.
* Les personnes infectées par la bactérie ne tombent pas toutes malades. Environ 20 % des personnes infectées par la bactérie présentent des symptômes. Ces symptômes débutent habituellement entre 12 heures et cinq jours après que la personne a été exposée à la bactérie.
* Parmi les personnes présentant des symptômes, 20 à 30 % présentent une forme grave de la maladie.

**Comment le choléra se propage :**

* Vous pouvez attraper le choléra :
  + en buvant de l’eau contaminée,
  + en consommant des aliments contaminés (p. ex. des aliments crus ou mal cuits, ou contaminés par des excréments pendant leur préparation ou lors de leur entreposage),
  + en ayant un contact avec des excréments, du vomi ou toute chose contaminée par les excréments ou le vomi d’une personne atteinte du choléra,
  + en ayant un contact non protégé avec le corps d’une personne morte du choléra.

**Le risque de choléra :**

* Le choléra est une menace partout où l’approvisionnement en eau potable, l’assainissement, la sécurité alimentaire et l’hygiène sont insuffisants.
* Les installations d’approvisionnement en eau, d’assainissement et d’hygiène sont souvent insuffisantes dans les zones surpeuplées (comme les camps de réfugiés et de personnes déplacées ou les prisons).
* Travailler main dans la main avec les communautés pour déterminer les risques et améliorer les systèmes d’eau et d’assainissement peut être extrêmement bénéfique.
* Les personnes vivant dans des zones à risque élevé peuvent réduire celui-ci en appliquant de bonnes pratiques d'hygiène et de préparation salubre des aliments.

**Rétablissement après avoir contracté le choléra :**

* Le traitement du choléra est simple : consommer une solution de réhydratation orale. Celle-ci peut être achetée ou obtenue auprès des agents de santé ou même fabriquée à la maison en mélangeant 1 litre d’eau potable, 6 cuillères à café de sucre et une demi-cuillère à café de sel. *Remarque : les proportions doivent être ajustées selon les points de référence locaux.* *Il faut adapter les recommandations nationales pour la préparation d’une solution de réhydratation orale à domicile.*
* Les personnes présentant des symptômes plus graves peuvent avoir besoin d’un traitement supplémentaire, notamment une réhydratation et des antibiotiques par voie intraveineuse.
* Une personne qui a le choléra doit recevoir une solution de réhydratation orale, puis être emmenée dans un établissement de santé, un centre de traitement du choléra ou un poste de réhydratation orale.
* La plupart des personnes guérissent rapidement du choléra si elles reçoivent des soins adéquats. Et la plupart des personnes quittent l’établissement de santé dans les trois jours.

**Prévention des flambées épidémiques de choléra**

* Les flambées épidémiques de choléra peuvent être évitées en veillant à ce que les communautés aient accès à une eau potable et à un bon assainissement.
* La défécation à l’air libre (c’est-à-dire sans utiliser de toilettes ou des latrines) est l’un des principaux facteurs des flambées épidémiques de choléra. Fournir aux communautés un accès à des toilettes ou des latrines peut être très bénéfique pour la santé.
* Les latrines doivent se situer à une distance de sécurité (20 à 30 mètres) des sources d’eau.
* Les personnes peuvent réduire leur risque d'attraper le choléra en évitant de déféquer dans l’eau ou près de l’eau. Les couches sales doivent être placées dans des sacs en plastique avant d’être jetées.

**Se protéger et protéger les autres contre le choléra lors des flambées épidémiques**

**Si vous avez des symptômes qui pourraient être ceux du choléra :**

* Restez calme.
* Restez hydraté en consommant une solution de réhydratation orale (disponible auprès des agents de santé ou dans les magasins, ou pouvant être préparée à domicile en mélangeant 1 litre d’eau avec 6 cuillères à café de sucre et une demi-cuillère à café de sel) ou en absorbant d’autres liquides (soupe, jus, soda, lait de coco, etc.). Vous devez boire suffisamment pour remplacer les liquides que vous perdez. *Remarque : les proportions doivent être ajustées selon les points de référence locaux.* *Il faut adapter les recommandations nationales pour la préparation d’une solution de réhydratation orale à domicile.*
* Consultez un médecin. Rendez vous le plus rapidement possible au poste de réhydratation orale, au centre de traitement du choléra ou à l’établissement de santé le plus proche.

**En cas de flambée épidémique de choléra là où vous vivez, réduisez le risque que vous ou vos proches tombiez malades :**

* en buvant de l'eau salubre (eau courante bien surveillée, désinfectée avec des produits chimiques de traitement de l’eau à usage domestique, bouillie ou en bouteille),
* en utilisant de l’eau potable pour laver et préparer les aliments et pour cuisiner,
* en vous lavant les mains régulièrement au savon et à l’eau potable (ou avec un désinfectant pour les mains à base d’alcool si elles ne sont pas visiblement sales), surtout avant de manger et de cuisiner, après être allé aux toilettes ou aux latrines, ou après avoir changé la couche de votre enfant,
* en cuisant bien les aliments, en les gardant couverts et en les consommant immédiatement après la cuisson,
* en évitant d’aller aux toilettes, de vous laver, même simplement les mains, ou encore de laver vos vêtements près de l’endroit où vous vous approvisionnez en eau potable.

**Comment s’assurer que l’eau est potable à la maison :**

* Filtrer l'eau :
  + Si votre eau semble sale ou trouble, éliminez physiquement les agents pathogènes en filtrant votre eau à l’aide d’un filtre à eau, d’un linge propre, d’une serviette en papier ou d’un filtre à café. Après la filtration, vous devez toujours faire bouillir ou désinfecter votre eau (voir ci-dessous).
* Faire bouillir l'eau :
  + Après la filtration, faites bouillir votre eau pendant **au moins** une minute avant de la boire. Après ébullition, conservez l’eau potable en sécurité dans un récipient propre et hermétiquement fermé pour éviter toute recontamination.
* Désinfecter l'eau :
  + Après la filtration, utiliser des produits chimiques de traitement de l’eau domestique en suivant les instructions du fabricant.
  + Si vous ne disposez pas de produits chimiques de traitement de l’eau domestique, ajoutez à un litre d’eau entre 3 à 5 gouttes de chlore (comme de l’eau de Javel domestique non parfumée à 5-9 %). Attendez au moins 30 minutes avant utilisation.

**Vaccination contre le choléra :**

* La vaccination est un outil essentiel pour interrompre le choléra, mais l’accès à l’eau potable et à l’assainissement est la chose la plus importante pour protéger les communautés.
* Il existe un vaccin contre le choléra : le « vaccin anticholérique oral » ou VCO.
* Être vacciné avec le vaccin anticholérique oral réduit votre risque d’être atteint de choléra.
* Qui peut être vacciné contre le choléra ?
  + Le vaccin anticholérique oral peut être administré aux enfants de plus d’un an et aux adultes.
  + Le vaccin anticholérique oral est sûr, même si vous êtes enceinte.
* Comment le vaccin anticholérique oral est-il administré ?
  + Le vaccin anticholérique est un vaccin oral, ce qui veut dire qu’il doit être avalé.
  + Le schéma d'administration vaccinale comporte deux doses, qui doivent être prises à au moins deux semaines d’intervalle (mais pas plus de six mois). Ce schéma vaccinal vous offre une protection pendant au moins trois ans.
  + Dans certains contextes, un schéma à dose unique est offert. Il offre une protection solide pendant une période plus courte. Dans ces contextes, une dose est administrée au lieu de deux doses en raison d’une pénurie mondiale de vaccins.
* Innocuité du vaccin :
  + Le vaccin anticholérique oral est sûr et efficace.
  + Les effets secondaires sont rares et comprennent des nausées, des vomissements et un léger inconfort gastro-intestinal.

**Comment soigner une personne atteinte de choléra**

**Si vous suspectez quelqu'un d'avoir le choléra :**

* Restez calme. Le choléra se traite facilement si vous agissez rapidement.
* Prenez soin de vous tout en prenant soin de la personne atteinte de choléra : lavez-vous soigneusement les mains après chaque contact avec elle.
* Empêchez la personne malade de se déshydrater. Faites-lui boire une solution de réhydratation orale (disponible auprès des agents de santé ou dans les magasins, ou pouvant être préparée à domicile en mélangeant 1 litre d’eau avec 6 cuillères à café de sucre et une demi-cuillère à café de sel) ou en absorbant d’autres liquides (soupe, jus, soda, lait de coco, etc.). Vous devez l'aider à remplacer les liquides qu'elle perd, et l'encourager à continuer à boire même si elle ne peut retenir ses diarrhées. *Remarque : les proportions doivent être ajustées selon les points de référence locaux. Il faut adapter les recommandations nationales pour la préparation d’une solution de réhydratation orale à domicile.*
* Consultez un docteur. Emmenez la personne malade le plus rapidement possible au centre de traitement du choléra ou à l’établissement de santé le plus proche.
* Vous devez demander de l’aide immédiatement si la personne est incapable d'absorber suffisamment de liquides parce qu’elle vomit, ou si ses diarrhées sont sévères. Les autres motifs qui justifient des soins d’urgence sont une confusion ou une somnolence, des crampes musculaires, une faiblesse (impossibilité de s’asseoir seule) ou des vertiges.

**Utiliser une solution de réhydratation orale :**

* Les sels de réhydratation orale peuvent traiter avec succès 80 % des patients.
* Si une personne est déshydratée, boire seulement de l’eau ne suffit pas pour l’aider à se rétablir. C’est pourquoi il est important d'utiliser des sels de réhydratation orale.
* Une solution de réhydratation orale est une solution préparée en mélangeant 1 sachet de sels de réhydratation orale à 1 litre d’eau potable.
* Si vous n’avez pas de sachet de sels de réhydratation orale, vous pouvez fabriquer une solution identique en mélangeant :
  + une demi-cuillère à café de sel,
  + six cuillères à café de sucre,
  + et un litre d’eau potable ou d’eau de riz légèrement salée.
* Si vous ne pouvez pas vous procurer des sachets ou du sucre et du sel pour fabriquer une solution à domicile, le plus important est de faire boire la personne, quelle que soit la boisson, et de la faire soigner rapidement.

*Remarque : les pays doivent veiller à adapter les messages sur les solutions de réhydratation orale aux contextes locaux.* *Certains pays ne font la promotion des solutions faites à la maison. Il faut adaptez les instructions ci-dessus aux unités de mesure locales (p. ex. à la taille des bouteilles et des cuillères).*

**Si une personne de votre foyer tombe malade, protégez-vous et protégez les autres membres de votre foyer :**

* Le risque d’attraper le choléra lorsque vous prenez soin d’une personne malade est faible si vous prenez certaines mesures de base pour vous protéger :
  + Lavez-vous soigneusement les mains au savon et à l’eau potable après avoir pris soin de la personne malade, ou été en contact avec ses vêtements ou sa literie.
  + Lavez la literie et les vêtements de la personne malade loin des sources d’eau potable.
  + Évitez tout contact direct avec ses excréments et ses vomissements. Placez tous les déchets dans des toilettes et assurez-vous que les latrines sont correctement désinfectées.
* Prenez soin d’éviter d’être infecté par les vêtements et la literie d’une personne malade :
  + Nettoyez les vêtements et la literie de la manière suivante :
    - Lavage en machine entre 60 et 90 degrés avec un détergent ménager, suivi d’un cycle de séchage complet ou d’un séchage à la lumière directe du soleil ;
    - Si vous n’avez pas de machine à laver, plongez les vêtements et la literie dans un grand récipient d’eau, remuez pendant dix minutes et frottez pour enlever la saleté (en prenant soin d’éviter les éclaboussures).
  + Désinfectez les vêtements et la literie de la manière suivante :
    - Plongez-les dans de l’eau bouillante pendant cinq minutes OU
    - Immergez-les dans de l’eau contenant une solution de chlore à 0,2 % pendant au moins dix minutes, puis rincez-les.
      * Pour fabriquer une solution de chlore à 0,2 % : si vous utilisez de l’eau de Javel liquide à 4 %, diluez l’eau de Javel dans de l’eau selon un rapport de 1:19 (1 mesure d’eau de Javel pour 19 mesures d’eau). *Remarque : les instructions doivent être adaptées selon les points de référence locaux, comme les types et les concentrations d’eau de Javel disponibles localement.1*
  + Séchez les vêtements et la literie de la manière suivante :
    - Faites un cycle complet de séchoir.
    - Suspendez-les pour un séchage à la lumière directe du soleil.
* Si la personne malade utilise les toilettes domestiques ou communautaires, assurez-vous qu’elles sont nettoyées et désinfectées à fond après leur utilisation.
* Ne laissez pas la personne malade préparer de la nourriture.
* Les mères doivent continuer à allaiter les nourrissons et les jeunes enfants, même si elles ont reçu un diagnostic de choléra.

**Traitement – à quoi s’attendre dans un établissement de santé ou centre de traitement du choléra ?**

* Lorsqu’une personne malade arrive dans un établissement de santé, elle est évaluée par un agent de santé pour dépister le choléra. Dans certains cas, cette évaluation comporte un test, généralement un test sur les excréments.
* Un agent de santé prélève alors un petit échantillon d’excréments soit dans un seau ou un récipient, soit directement dans votre corps à l’aide d’un écouvillon. Le prélèvement direct à l’aide d’un écouvillon peut être désagréable, mais il n'est pas douloureux.
* L’échantillon est ensuite envoyé au laboratoire pour analyse ou testé dans l’établissement à l’aide d’un test rapide. L’obtention des résultats du test peut prendre moins d’une heure à quelques jours, selon le type de test.
* Dans les centres de traitement du choléra, les agents de santé s’assureront que la personne reste hydratée en lui faisant consommer des sels de réhydratation orale.
* Si la personne est gravement malade, il est possible qu’elle reçoive des antibiotiques. Les enfants peuvent recevoir des comprimés de zinc.

**Des funérailles sûres et dignes et une prise en charge des cadavres**

* Si la plupart des personnes se rétablissent complètement du choléra, la maladie peut, dans certains cas, entraîner le décès.
* Lors de flambées épidémiques récentes, nous avons constaté un plus grand nombre de décès dus au choléra comparativement au nombre de décès en temps normal. Il est donc plus important que jamais de veiller à ce que les personnes malades reçoivent des soins rapidement, afin qu’elles bénéficient des meilleures chances de se rétablir.
* Perdre un être cher à cause d’une maladie, quelle qu’elle soit, est incroyablement difficile. Vous voudrez faire votre deuil ensemble et célébrer sa vie dans le cadre de pratiques funéraires traditionnelles.
* Le risque d’attraper le choléra à partir d’un cadavre est très élevé. Il est donc essentiel de prendre des mesures afin de réduire ce risque de contagion pour vous et vos proches.
* Prenez des mesures pour réduire le risque de propagation du choléra à vous-même ou à d’autres personnes avant et pendant les funérailles :
  + Prévoyez les funérailles et l’inhumation le plus rapidement possible (de préférence dans les 24 heures suivant le décès).
  + Trouvez des alternatives aux rituels où les gens touchent ou embrassent le corps.
  + Manipulez le corps le moins possible vous-même. Un personnel de santé qualifié doit vous aider à préparer le corps et à l'inhumer de manière respectueuse et sûre, afin de prévenir une propagation plus importante du choléra.
  + S’il n’est pas possible de se faire aider par un personnel de santé qualifié pour préparer le corps, protégez-vous :
    - en touchant le corps le moins possible,
    - en vous lavant soigneusement les mains au savon et à l’eau potable après avoir été en contact avec le corps de la personne décédée, ou bien ses vêtements ou sa literie,
    - en enlevant, lavant, désinfectant et séchant toute literie, toute serviette ou tout vêtement qui pourrait avoir été en contact avec les diarrhées ou le corps de la personne décédée,
    - en lavant la literie et les vêtements loin des sources d’eau potable.