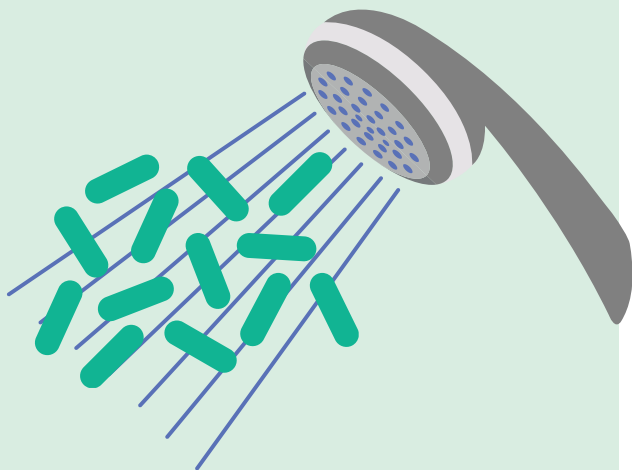


Légionellose : les bons réflexes pour se protéger



**Repères et informations pour adopter
les bons gestes et éviter le développement
des légionelles chez soi**

Qu'est-ce que la légionellose ?



La légionellose est une **infection pulmonaire grave** causée par la présence de bactéries (légionelles) dans l'eau.

Quels modes de transmission ?



La contamination peut se produire en **inhaling de fines gouttelettes d'eau** (aérosols) contenant ces bactéries (par exemple via une douche, un spa, des brumisateurs, etc.)

Boire l'eau ne présente pas de risque : ce n'est pas par ingestion mais par voie respiratoire que l'on peut être contaminé.

Il est très rare que plusieurs personnes soient contaminées en même temps et qu'une personne soit malade deux fois dans sa vie.



Cette maladie n'est pas contagieuse. Elle ne se transmet pas d'une personne à une autre.

Quelles sont les personnes les plus à risque ?

Les personnes susceptibles de développer des symptômes sont principalement :

- Les **personnes âgées**
- Les personnes atteintes de **maladies chroniques** (diabète, troubles respiratoires, etc.) ou ayant subi une greffe
- Les personnes dont le **système immunitaire est affaibli**

Quels symptômes ?

Si vous avez été exposé à une source d'eau contaminée, soyez attentif à ces symptômes :



Fièvre élevée



Toux importante



Fatigue



Parfois troubles digestifs



Difficultés respiratoires dans les cas sévères

Ces signes peuvent apparaître **2 à 10 jours après l'exposition**.



Si ce type de symptômes apparaît, consultez rapidement un médecin et mentionnez cette information (contamination en cours de votre réseau d'eau).

Un diagnostic rapide et un traitement antibiotique sont nécessaires.

Que faire pour se protéger des légionelles ?

Les gestes simples à appliquer chez soi

Développement des légionelles



Attention aux risques de brûlures en cas d'absence de limiteurs de température de l'eau chaude (mitigeurs thermostatiques)

Entretien de votre installation d'eau chaude et de la robinetterie

Eau chaude individuelle

- Assurez-vous que la température de l'eau chaude est au moins de 50 °C (Attention aux risques de brûlure).
- Faites entretenir votre système d'eau chaude par un professionnel au moins une fois par an.
- Nettoyez, détartrez et désinfectez au moins une fois par an les flexibles de douche, les pommeaux et les embouts de robinets.
- Remplacez les éléments de robinetterie usés ou vétustes.

Eau chaude collective

- Nettoyez, détartrez et désinfectez au moins une fois par an les flexibles de douche, les pommeaux et les embouts de robinets.
- Remplacez les éléments de robinetterie usés ou vétustes.
- Signalez à votre syndic ou à votre bailleur, les dysfonctionnements du réseau d'eau chaude (baisse de température ...)

Pièces peu utilisées / Période d'absence

- Faites couler de l'eau chaude et froide au moins 1 fois par semaine des points d'eau qui ne sont pas utilisés régulièrement (ex. douche secondaire, salle de bain d'appoint)
- Avant de réutiliser les points d'eau après une période d'inactivité (ex. retour de vacances), laissez couler l'eau froide puis l'eau chaude quelques minutes et si possible, augmentez temporairement la température du chauffe-eau pour un «nettoyage thermique» des canalisations.

Concernant les équipements spéciaux

- Pour les dispositifs médicaux d'assistance respiratoire (oxygène, apnée du sommeil) : utilisez de l'eau stérile pour le nettoyage et le remplissage : bien suivre les consignes d'entretien fournies par le loueur/fabricant du matériel et de l'ANSM.
- Si vous avez un spa chez vous : veillez à bien traiter l'eau (chlore ou désinfectant adapté), nettoyez les filtres, parois, etc.

Pour plus d'informations

Rendez-vous sur le site de l'ARS Auvergne-Rhône-Alpes : www.auvergne-rhone-alpes.ars.sante.fr



Agence régionale de santé Auvergne-Rhône-Alpes
Standard : 04 72 34 74 00