

TOXOPLASMOSE : Que dire à vos patientes ?

REGLES D'HYGIENE A RESPECTER

Viande

- Bien cuire la viande (bœuf, mouton, porc, cheval) : cuisson → au moins 65° dans toute l'épaisseur de la viande
- Eviter la consommation de viande marinée, fumée ou grillée (gibier)

Préparation des repas

- laver soigneusement les légumes et les plantes aromatiques à l'eau courante surtout s'ils sont consommés crus.
- éplucher les légumes et les fruits
- laver soigneusement les ustensiles de cuisine et le plan de travail
- se laver les mains après le contact avec les fruits, les légumes et la viande crue, avant de passer à table ou votre bouche.

Repas pris hors du domicile

- Pas de consommation de crudités → préférer les légumes cuits
- la viande doit être consommée bien cuite, sinon privilégier la volaille et le poisson

Le jardinage/ les animaux

- Eviter les objets contaminants contenant les déjections du chat (litière, terre) → Porter des gants lors de la manipulation de ces objets. Désinfecter les bacs des litières des chats à l'eau de javel.

La femme enceinte « toxo négative » évitera de pratiquer cette tâche durant la grossesse

- Eviter le contact direct avec la terre → porter des gants pour jardiner. Se laver les mains après des activités de jardinage même si elles ont été protégées par des gants.