

Le **cytomégalo**virus (CMV) est un virus de la famille des herpèsvirus responsable d'infections passant le plus souvent inaperçues.

Chez la femme enceinte, le CMV peut provoquer des lésions très graves chez le fœtus : surdité, retard intellectuel, cécité (perte complète ou partielle de la vue), ...

Le virus est très répandu chez les enfants en bas âge. Il est présent dans les sécrétions corporelles (urine, salive, larmes).  
Pour éviter de s'infecter, les futurs parents doivent respecter des mesures d'hygiène de base.

**1 enfant  
/ 750**  
naît avec des  
séquelles du CMV  
(ou en développe  
dans son enfance).

Le CMV est détruit  
par l'ébullition,  
l'eau de Javel diluée,  
les agents de  
désinfection,  
et le savon, ...

### VOUS ÊTES FUTURS PARENTS ? OU VOUS ENVISAGEZ UNE GROSSESSE ?

Ne partagez pas les couverts ou plats des enfants



N'embrassez pas les enfants sur la bouche



Protégez-vous lors des rapports sexuels pendant la grossesse



Désinfectez régulièrement les surfaces et les jeux



Ne pas finir l'assiette, ni lécher les couverts, ni sucer la tétine, ou goûter le biberon

#### ÉVITEZ LES CONTACTS DIRECTS AVEC



salive



urines



larmes



sécrétions  
nasales

**LAVEZ-VOUS LES MAINS RÉGULIÈREMENT.**

# CYTOMÉGALOVIRUS (CMV)

## Mesures d'hygiène pour s'en protéger

Les mesures efficaces de prévention ci-dessous doivent être mises en œuvre par toutes les femmes enceintes ainsi que le futur co-parent, quel que soit leur statut sérologique.

Où peut-on rencontrer le CMV ?	NE PAS FAIRE	FAIRE
<b>Salive</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Embrasser un bébé ou un enfant sur la bouche.</li><li>Goûter dans l'assiette du bébé.</li><li>Partager l'assiette, la bouteille ou un aliment (gâteau...).</li><li>Sucer la tétine du bébé ou goûter au biberon.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Lui faire un câlin, le prendre dans ses bras.</li><li>L'embrasser sur le front, ou les cheveux.</li><li>Avoir des assiettes, des verres, des couverts individuels.</li><li>Tester la température du repas avec le dos de la main.</li><li>Goûter le plat avec une autre cuillère.</li><li>Avoir une brosse à dent individuelle.</li></ul>
<b>Larmes</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Embrasser sur les joues un bébé ou un enfant qui pleure.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Le prendre dans ses bras.</li><li>L'embrasser sur le front, ou les cheveux.</li><li>Lui faire un câlin.</li></ul>
<b>Sécrétions naso-pharyngées</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Aspirer le nez d'un bébé enrhumé sans précautions.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Aspirer les sécrétions du bébé avec précautions (et en cas d'utilisation d'un mouche-bébé, le nettoyer immédiatement en suivant la notice).</li><li>Ou utiliser des mouchoirs en papier et les jeter immédiatement après usage.</li><li>Se laver les mains au savon 15 à 20 secondes tout de suite après avoir mouché un enfant ou un bébé. Si ce n'est pas possible, nettoyer ses mains avec du gel hydro-alcoolique.</li></ul>
<b>Urines</b> 	<ul style="list-style-type: none"><li>Toucher un pyjama mouillé avec les mains sans gants.</li><li>Prendre un bain avec le bébé.</li><li>Utiliser les mêmes affaires de toilette (gant, serviette).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Port de gants.</li><li>Jeter les couches mouillées immédiatement.</li><li>Se laver les mains au savon 15 à 20 secondes après les changes ou après avoir touché un vêtement mouillé. Si ce n'est pas possible, utiliser du gel hydro-alcoolique.</li><li>Avoir ses propres affaires de toilette.</li></ul>
<b>Sécrétions génitales</b>	Toutes ces précautions concernent aussi le futur père / co-parent.	<ul style="list-style-type: none"><li>Utiliser un préservatif lors des rapports sexuels si changement de partenaire ou si suspicion d'infection à CMV chez le conjoint.</li></ul>

La survie du virus sur les jouets, les vêtements mouillés ou les aliments secs (biscuits...) peut-être de 6 heures. Se laver les mains après avoir touché ou rangé les jouets. Laver les jouets régulièrement et en particulier dès qu'un enfant est malade.

### Pour les professionnel.le.s de la petite enfance :

- Utiliser des gants jetables pour les changes.
- Se laver les mains avant et après le change.
- Utiliser le gel hydro-alcoolique.