

Oreillons : comment et pourquoi les éviter

On souffre des **oreillons**... avant même de le savoir : après une période de 2 à 3 semaines d'incubation (18 jours en moyenne), la fièvre apparaît, suivie par un **gonflement des glandes salivaires**, en particulier des glandes parotides, situées à l'angle de la mâchoire, devant et sous chaque oreille.



Le responsable est un **virus** de la famille des paramyxovirus.

Douloureuse, cette augmentation de volume des glandes commence souvent d'un côté avant de s'étendre à l'autre.

Le visage prend parfois alors une forme « en poire ».

Il se peut que des douleurs aux oreilles s'ajoutent à ce tableau, ainsi que des maux de tête, un manque d'appétit et une sensation comparable à un état grippal.

Plus « embêtant »: des **complications**, parfois graves, peuvent survenir, mais elles sont rares.

C'est toutefois pour éviter ces complications que l'on conseille la vaccination contre le virus des oreillons.

Feu rouge : en Belgique, après des années de baisse, les cas d'oreillons sont en **recrudescence** : en 2012, 1.974 personnes ont été touchées. L'épidémie s'est d'abord développée en Flandre, parmi des étudiants, puis elle s'est étendue au reste du territoire.

Qui est visé ?

Cette maladie est **contagieuse** : dès les 6 à 7 jours précédant l'apparition des symptômes, ainsi que pendant toute la durée des symptômes, le virus se transmet via des gouttelettes de salive ou par des objets contaminés avec de la salive infectée.

Les enfants d'âge scolaire (de 1 à 9 ans) et les pré-adolescents sont les plus touchés, mais pas exclusivement.

Le virus est surtout actif entre janvier et mai.

Ce qu'il faut craindre des oreillons

Dans une majorité des cas, les oreillons évoluent favorablement.

Mais, si le paramyxovirus a une affinité pour les glandes salivaires, il aime aussi celles du système reproducteur. C'est ainsi qu'il va se nicher, chez 20 à 30 % des hommes, dans les **testicules (orchite)**, et chez 5% des femmes, dans les **ovaires (ovarite)**.

L'orchite est assez douloureuse, et peut avoir des répercussions sur la fertilité ultérieure. Heureusement, cette conséquence à long terme est relativement rare.

Pendant le premier trimestre de **grossesse**, les oreillons impliquent aussi un faible risque de fausse-couche (2).

Parmi les autres complications possibles, il faut signaler la **méningite virale** : elle est généralement modérée et guérit sans séquelles.

Plus rarement, une **encéphalite**, inflammation au niveau du cerveau survient : cette complication est plus grave.

Il existe également un risque de pancréatite avec des vomissements et des douleurs abdominales.

Etant donné ces risques de complications, et en raison de la contagiosité importante de ce virus, un malade atteint des oreillons doit rester isolé pendant toute la durée du gonflement : une période de 9 jours d'évitement scolaire est ainsi imposée.

Feu orange : rares, des séquelles de surdité sont néanmoins possibles.

Feu rouge : les risques de complications sont plus élevés chez les adultes que chez les enfants.

Prévention

Comme dans la plupart des maladies virales, il n'existe aucun traitement spécifique contre les oreillons : il faut s'armer de patience et essayer de soulager au mieux les symptômes.

Le paracétamol est le moyen le plus simple et le plus économique pour faire à la fois baisser la fièvre et atténuer les douleurs.

On peut aussi proposer une alimentation semi-liquide si le gonflement des glandes salivaires entraîne des douleurs à la déglutition.

Bien entendu, si une des complications de la maladie apparaît, elle doit faire l'objet de traitements spécifiques, éventuellement à l'hôpital.

Vaccination

Il existe par contre une solution préventive : la **vaccination**. Le vaccin contre les oreillons est administré en même temps que celui contre la rougeole et la rubéole (vaccin RRO).

Pour protéger efficacement l'enfant, les spécialistes recommandent de pratiquer l'injection de la **première dose entre le 12^e et le 13^e mois**.

Une **deuxième dose est prévue entre 7 et 9 ans** : elle est destinée à renforcer l'immunité, mais aussi à protéger contre la rougeole les 5% d'enfants n'ayant pas répondu à la première dose.

Votre médecin peut commander **gratuitement** le vaccin RRO auprès de la Fédération Wallonie-Bruxelles.

Quand les enfants sont vaccinés, le virus ne peut généralement pas les infecter. Donc, plus il y a d'enfants vaccinés, moins le virus peut circuler et donc contaminer d'autres enfants. Indirectement, les enfants vaccinés protègent donc les camarades sur lesquels la vaccination n'a pu être faite ou ceux chez lesquels le vaccin n'a pas eu d'effet. C'est en cela que l'on peut dire que la vaccination n'est pas seulement un acte de prévention personnelle, mais aussi collective.

Feu orange : le vaccin contre les oreillons ne protège pas tous les enfants qui le reçoivent; en outre, son efficacité diminue au fil du temps. Ceci explique que certains enfants vaccinés peuvent faire une infection; celle-ci apparaît généralement sous une forme atténuée. L'est aussi une raison pour ne pas négliger la 2^e dose à 7-9 ans.

Feu vert : si, pour diverses raisons, la vaccination n'a pu être réalisée lors des moments prévus par le calendrier vaccinal, un rattrapage est prévu (en médecine scolaire ou chez le médecin généraliste, généralement entre 5 et 7 ans pour la première dose et vers 14-15 ans pour la seconde).

Photo © JPC PROD - fotolia.com

Mise à jour le 23/07/2021

Références

- Institut Scientifique de Santé publique
- [Site Vacc Info](#)
- « Stratégies de contrôle des maladies transmissibles », Communauté française, Direction générale de la santé
- Site de l'ECDC : <https://www.ecdc.europa.eu/en/mumps/facts>