Donne in cammino
dalla resilienza all'autonomia sul territorio di Roma

Finanziato dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri,
Fondi Otto per mille a diretta gestione statale (2021)
CUP - E89G23000730003

centro astalli

COMMENT PRÉVENIR LES MALADIES INFECTIEUSES?

Les maladies infectieuses peuvent être transmises de différentes manières : par voie aérienne, orofécale, sanguine et sexuelle. La prévention est essentielle pour réduire la propagation de ces agents pathogènes et protéger la santé de chacun et de la communauté.
Il s'agit d'une responsabilité collective qui implique les individus, les communautés et les systèmes de santé. L'adoption de mesures préventives permet de se protéger et de protéger les autres, de réduire la propagation des infections et d'améliorer la qualité de vie.

1. Maladies transmises par voie aérienne

Les maladies transmises par voie aérienne se propagent par les gouttelettes respiratoires émises par la toux, les éternuements ou simplement en parlant. La grippe, le COVID-19, la tuberculose et la rougeole sont des exemples de ces maladies.

Pour la prévention de ces maladies, il est recommandé:

- Effectuer les vaccinations disponibles (grippe, rougeole, COVID-19, etc.).
- Utiliser des masques dans les lieux très fréquentés.
- Veiller à l'hygiène des mains avec de l'eau et du savon ou des désinfectants à base d'alcool.
- Ouvrez les fenêtres pour favoriser la ventilation dans les pièces fermées.
- S'abstenir de travailler et d'aller dans des endroits surpeuplés lorsqu'on est atteint d'une de ces maladies. S'il est nécessaire de sortir, il est important de porter un masque pour protéger son entourage.

2. Maladies à transmission orofécale

Ces maladies se transmettent par contact avec des aliments ou de l'eau contaminés par des matières fécales infectées. Les maladies les plus courantes sont l'hépatite A et la salmonellose.

Pour prévenir ces maladies, il est recommandé:

- De se laver soigneusement les mains avant de manger et après être allé aux toilettes.
- Manipuler et cuire les aliments correctement.
- De boire de l'eau potable.

3. Maladies transmises par le sang

Elles se transmettent par contact avec du sang infecté, des aiguilles contaminées ou des transfusions non sécurisées. Les hépatites B et C, le VIH et la dengue en sont des exemples.

Pour la prévention de ces maladies, il est recommandé:

• D'éviter de partager les aiguilles et les seringues, mais aussi les pinces à épiler et les brosses à dents.
• D'apporter le plus grand soin à l'hygiène pendant les menstruations, en particulier pour les personnes vivant dans les communautés.
• D'utiliser des instruments stériles pour les tatouages et les piercings.
• Dépistage sanguin avant les transfusions.
• La vaccination contre l'hépatite B.

4. Maladies sexuellement transmissibles (MST)

Les infections sexuellement transmissibles (IST) se transmettent lors de rapports sexuels non protégés avec une personne infectée. Les principales MST sont le VIH, la syphilis, la gonorrhée, l'herpès génital et le papillomavirus (HPV).

Pour la prévention de ces maladies, il est recommandé:

- L'utilisation correcte des préservatifs, qui peut être expliquée par votre médecin.
- Faire régulièrement des analyses de sang pour détecter les maladies sexuellement transmissibles (MST).
- Se faire vacciner contre le papillomavirus et l'hépatite B.
- Suivre des cours d'éducation sexuelle et prendre conscience des risques.