

→ Définitions

La toxoplasmose est une infection due à un parasite (*Toxoplasma gondii*). Dans l'immense majorité des cas (80% des cas), l'infection est jugée bénigne, voire asymptomatique ; cependant, pour les femmes enceintes, les personnes séropositives et les sujets ayant un système de défense immunitaire affaibli, la toxoplasmose représente un risque sérieux.

Ce parasite a besoin de l'intestin d'un félin pour devenir mature. Une fois « adulte », il excrétera des « œufs » (ookystes) par le biais des déjections félines.

Après la première contamination du chat, celui-ci développera une immunité et l'infection ne se reproduira plus jamais. Seulement 2% des chats disséminent des ookystes (= qui sont contagieux) sur des périodes allant d'une à trois semaines. C'est en général, les jeunes chats qui excrètent le parasite.

Contrairement à une idée reçue, la contamination ne se fait pas par contact avec le chat : chez l'humain, elle se fait par ingestion. La propagation du parasite par le chat est assurée par défécation, des ookystes ne devenant cependant contaminants qu'après deux à cinq jours dans un milieu favorable (humide et oxygéné : terre, litière), et ce, uniquement à la première contamination du chat. Le risque lié à la présence d'un chat est donc très limité et essentiellement lié à l'hygiène lors du nettoyage des excréments de l'animal. **Les contacts, morsures ou griffures ne permettent pas la contamination.** De plus les personnes possédant des anticorps anti-toxoplasmiques ne présentent aucun risque de développer la maladie.

En outre, seuls les chats qui chassent pour se nourrir peuvent être porteurs du parasite, tout comme les chats nourris au BARF*. Un chat d'appartement urbain, nourri avec des aliments industriels, ne présente aucun danger de contamination à l'humain.

Il faut savoir que le chien peut également souffrir de la toxoplasmose. Le raton laveur est également un excellent propagateur de cette maladie (plus que le chat).

→ Cycle de vie **SCHEMA**

→ Mode de contamination à l'homme

Les ookystes sont présents sur les plantes, dans la litière ou la terre souillées par des déjections du chat. De là, ils peuvent **contaminer les aliments, les mains ou l'eau de boisson**, puis être ingérés par l'humain.

La présence des ookystes dans la viande est fréquente : 80 % des ovins et des caprins adultes sont contaminés, le porc est généralement contaminé dans moins de 40 % des cas.

→ Précautions à prendre lorsque l'on est enceinte

La vaccination n'existant pas, la prévention est le meilleur traitement :

- Consommer que de la viande bien cuite (cuisson à plus de 67 °C au cœur des viandes).
- Laver et peler les fruits et légumes crus avec de l'eau vinaigrée avant de les consommer (cuisson d'au moins une minute à 60 °C). Éviter les fruits et légumes crus dont on ne connaît pas l'origine de la préparation.
- Nettoyer les surfaces de travail ayant servi à préparer les aliments crus.
- Porter des gants pour le jardinage.
- Porter des gants pour faire la litière du chat et se laver les mains après ; faire la litière tous les jours pour ne pas laisser les ookystes devenir contaminants ; la désinfecter tous les deux jours avec un produit ammoniacé, ou de l'eau de Javel.

*BARF : « Biologically Appropriate Raw Food », en français « Nourriture crue biologiquement appropriée ».