Commission medicale nationale
Textes références

Validé le 15/9/14 puis 2018 par
Dr claude MARBLE Dr
anne sophie WURTZ

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TRIATHLON
2, RUE DE LA JUSTICE | 93213 SAINT-DENIS LA PLAINE CEDEX
contact@fftri.com | T. 01 49 46 13 50 | F. 01 49 46 13 60
www.fftri.com /F.F.TRI @FFTRI

INFORMATION SUR LES MALADIES LIEES A LA PRATIQUE DE LA NATATION EN EAU LIBRE

Les maladies liées à la baignade sont rares mais lorsqu'elles surviennent il est important d'évoquer certaines causes qui nécessitent des traitements adaptés

Les risques de survenue sont de plus en plus faibles grâce aux contrôles croissants des autorités sanitaires et aux exigences importantes d'obtention du label « zone de baignade »

Néanmoins on peut de manière non exhaustive évoquer

Les infections par les germes fécaux

Les germes fécaux proviennent des excréments des oiseaux, des mammifères ou des égouts. Le danger de ces germes existe quand ils s'accumulent dans les eaux, stagnantes ou pas. Les germes les plus fréquemment retrouvés sont les entérocoques, les entérobactéries (Escherichia coli), les salmonelles, le virus de l'hépatite A, ... les entérovirus

Le contact avec des germes pathogènes est surtout susceptible de provoquer des maladies ORL (otites externes, pharyngites), cutanées (surinfections de plaies), respiratoires ou digestives (gastro- entérites). Le risque de développer une maladie dépendra de la quantité d'eau ingérée, de la virulence du germe et de l'état de santé de l'individu (pathologie plus grave si immunodépression comme on peut le voir chez certains sportifs).

Cependant, toute la difficulté est de savoir si la survenue de symptômes est réellement liée à l'exposition à l'eau polluée ou à une infection d'une autre origine (gastro-entérite.alimentaire par exemple) c'est le nombre de cas simultanés qui est l'argument le plus important associé à des circonstances favorisantes

Actuellement les recommandations sont la recherche des deux germes pathogènes les plus fréquents précédemment cités (entérocoque et Echeriria coli) car la présence en excès d'un de ces deux germes suffit à montrer l'existence d'une pollution à germes fécaux.

En cas d'infection lié à un de ces germes une consultation médicale doit avoir lieu pour juger de l'utilité d'un traitement antibiotique.

Les algues bleues (production de cyanobactéries)

La présence d'algues bleues dans un lac ne doit pas être automatiquement considérée comme un risque à la santé. C'est seulement lorsqu'elles se multiplient démesurément que les cyanobactéries ou algues bleues peuvent produire des toxines nuisibles à la santé. Lorsque les algues bleues se retrouvent en grande quantité dans un lac, elles forment une fleur d'eau qu'il est facile de reconnaître par une étendue verte ou turquoise pouvant ressembler à de la peinture ou à une soupe de brocoli ou une soupe aux pois. Les algues bleues peuvent envahir toute la superficie d'un lac ou une partie seulement.

Un contact avec les algues bleues peut causer l'irritation des yeux, de la peau et des oreilles. Par contre, si on avale de l'eau contaminée, les symptômes peuvent être les suivants : nausées, vomissements, douleurs abdominales et diarrhée. Si les algues bleues sont très abondantes, leur ingestion peut affecter à plus ou moins long terme le foie ou le système nerveux. Ces symptômes peuvent survenir 24 à 48 heures après avoir bu l'eau contaminée. Les enfants sont les plus à risque d'être infectés par les algues bleues car ils avalent souvent de l'eau en se baignant. Une consultation médicale doit avoir lieu après ce type d'exposition et l'apparition de symptômes.

Les algues rouges et brunes en mer (ou Infection à l'algue Ostreopsis ovata)

L'Ostreopsis ovata est une algue monocellulaire signalée de plus en plus fréquemment en Méditerranée, synthétisant une toxine appelée palytoxine. Elle peut entraîner lorsque les concentrations en toxines dans l'eau deviennent importantes des épisodes aigus respiratoires avec fièvre ou des irritations, accompagnées de toux, de fièvres et de problèmes respiratoires. Les symptômes peuvent survenir même sans boire l'eau mais par la seule inhalation d'embruns. Une consultation doit avoir lieu en cas de troubles secondaires à une exposition proches d'eaux contaminées.

La dermatite du baigneur

La dermatite du baigneur est une affection de la peau causée par des larves que l'on retrouve sur certaines plages. Ces larves proviennent des excréments des oiseaux aquatiques tels que les canards qui contaminent les escargots en bordure du rivage. Ces petites larves portent le nom de «cercaires », presque impossible de les voir à l' il nu. Lors de la baignade, les cercaires se collent à votre peau jusqu'au moment où vous sortez de l'eau. Sous l'action du soleil, la peau s'assèche et les cercaires piquent votre peau pour y pénétrer

De petites plaques rouges apparaissent alors. Après plusieurs heures, elles gonflent pour ressembler à des piqûres d'insectes. Des démangeaisons plus ou moins intenses apparaissent ensuite et peuvent durer plus de 10 jours. Cette affection de la peau n'est pas suffisamment grave pour s'empêcher de se baigner et n'est pas contagieuse. Un traitement symptomatique suffit pour calmer les troubles.

La leptospirose

Il s'agit d'une maladie infectieuse transmise accidentellement à l'homme à partir d'un vecteur animal due à un spirochète (bactérie filamenteuse, hélicoïdale) du genre Leptospira. Cette maladie se transmet par le contact de la peau ou des muqueuses (ORL, conjonctive oculaire) avec de l'eau douce contaminée par l'urine d'animaux infectés (rongeurs, chiens, bovins, chevaux, porcs..). La présence de plaies cutanées même minimes facilite la pénétration des bactéries, mais une peau ramollie au contact prolongé de l'eau peut tout à fait laisser pénétrer les bactéries. La maladie chez l'homme bien que souvent bénigne peut cependant être sévère, pouvant conduire à l'insuffisance rénale, grave voire mortelle.

C'est une maladie de répartition mondiale, à dominante tropicale, touchant en France métropolitaine environ 300 personnes par an, beaucoup plus fréquente dans les départements d'outre-mer avec une recrudescence en été et en automne liée à la chaleur et aux précipitations. Certaines professions (vétérinaires, agriculteurs, éleveurs, égoutiers, éboueurs) et les personnes pratiquant des loisirs nautiques (natation en eau libre, baignade, canoë-kayak, pêche, chasse, canyonning...) sont plus particulièrement exposées.

L'incubation, silencieuse, dure de quelques jours à 3 semaines puis apparaissent une fièvre supérieure à 38,5°C, des céphalées, des douleurs musculaires faisant penser à un syndrome grippal. La prise d'antibiotiques peut faire régresser ces symptômes rapidement, le diagnostic de leptospirose pouvant ne même pas être évoqué. Néanmoins, la réapparition de la fièvre vers le 15ème jour est très évocateur de la leptospirose et surtout de son évolution vers une forme viscérale (rénale, cutanée, neurologique, syndrome hémorragique, etc.). Toute fièvre persistante chez une personne nageant en eau libre doit consulter son médecin et le diagnostic de leptospirose doit être évoqué et rechercher. ***Il existe un vaccin contre la leptospirose (qui ne protège pas à 100 %) dont la prescription peut être discuté avec son médecin selon l'importance du risque lié aux habitudes du sportif***

LES MESURES DE PREVENTION

Afin de diminuer le risque de survenue de ces rares maladies on peut proposer :

- *éviter le port des lentilles non jetables pendant la natation, la projection d'eau sur les lentilles augmente le risque infectieux (ou utiliser des lentilles jetables)*
- *utiliser le port de chaussons aux abords du site de baignade, pour éviter le contact direct de la boue et la vase*
- *traiter et protéger les plaies (notamment des plaies entre les orteils)*
- ***éviter de se baigner en milieu naturel pendant et après les orages ++++***
- *éviter la baignade et l'entraînement dans les zones de pullulation de rongeurs ou dans des zones suspectes (eaux stagnantes)*
- *éviter le contact avec le cadavre d'animaux morts (ne pas retirer des animaux morts de l'eau à mains nues !)*
- *passer sous la douche après la phase de natation*
- *rinçage et séchage des combinaisons après la compétition*
- *éviter de boire l'eau de baignade lors des phases de natation.*

En cas de troubles digestifs importants et surtout de fièvre il faut consulter un médecin rapidement.

Liens :

http://baignades.sante.gouv.fr/baignades/editorial/fr/sante/microbio.html

https://www.pasteur.fr/fr/centre-medical/fiches-maladies/leptospirose

https://www.mesvaccins.net/web/diseases/34-leptospirose