

# Rubéole : ce qu'il faut savoir

## Qu'est-ce que la rubéole?

La rubéole est une infection virale hautement contagieuse causée par le virus de la rubéole. L'infection est principalement bénigne à modérée chez les adultes et les enfants, mais elle peut causer de **graves complications pour votre bébé** si vous contractez l'infection durant la grossesse. Quand un bébé a la rubéole dans l'utérus, on appelle cela le **syndrome de rubéole congénitale (SRC)**. En fait, de toutes les maladies qui peuvent être prévenues par la vaccination, la rubéole est la principale cause de complications à la naissance dans le monde.



Au Canada aujourd'hui, la rubéole est rare et le SRC est extrêmement rare grâce au succès des programmes d'immunisation contre la rubéole. Cependant, la rubéole est encore endémique dans de nombreux pays du monde, principalement dans certaines régions de l'Afrique et de l'Asie du Sud-Est (voir l'encadré : **Que signifie endémique?**).

### Que signifie endémique?

Une maladie est considérée comme étant endémique dans une région géographique ou un groupe de personnes lorsqu'elle est :

- constamment présente,
- prévisible (autrement dit, il y a généralement un nombre attendu/stable de personnes qui vont l'attraper au cours d'une période donnée).

Par exemple, le rhume de cerveau est considéré comme étant endémique au Canada, car les virus qui en sont la cause sont présents toute l'année (bien qu'ils circulent davantage pendant les mois d'automne et d'hiver), et nous avons généralement une bonne idée du nombre de personnes qui attraperont le rhume à différentes périodes de l'année (c'est une maladie prévisible). Il n'y a pas de vaccin contre le rhume de cerveau.

## Quels sont les symptômes?

La rubéole est généralement bénigne chez les adultes et les enfants; certaines personnes ne présentent même aucun symptôme. Les symptômes types sont :

- une fièvre légère,
- des ganglions lymphatiques enflés dans le haut du cou, surtout derrière les oreilles,
- une éruption cutanée qui commence sur le visage et s'étend au reste du corps,
- une conjonctivite/inflammation des yeux,
- chez les adultes, des douleurs articulaires.

## Quels sont les symptômes?

Les cas graves de rubéole sont peu courants, mais la rubéole est **très grave si on l'attrape durant la grossesse**, car elle peut entraîner le **syndrome de rubéole congénitale (SRC)**. Le SRC peut vouloir dire que le bébé naîtra avec des troubles **qui l'affecteront le reste de sa vie**, comme des problèmes cardiaques (p. ex. une cardiopathie congénitale), des problèmes oculaires (des cataractes), la surdité, des déficiences intellectuelles et le diabète, entre autres.

Plus une personne enceinte attrape la rubéole tôt pendant sa grossesse, plus il est probable que son bébé sera gravement affecté par le SRC. Il est peu courant pour les bébés d'être très affectés par la rubéole s'ils ont contracté la maladie au cours du **troisième trimestre**. Les personnes enceintes qui attrapent la rubéole peuvent aussi donner naissance prématurément et/ou accoucher d'un bébé mort-n .

### Le saviez-vous?

La rubéole est également connue sous le nom de « **rougeole allemande** ». On croyait au départ que la rubéole était un variant de la rougeole. Ce n'est qu'en 1814 qu'elle a été reconnue comme une maladie distincte dans une publication médicale allemande. C'est pourquoi la rubéole est parfois encore appelée la « **rougeole allemande** ».

## Qui est à risque?

N'importe qui peut attraper la rubéole, mais elle est **la plus grave** chez les personnes enceintes, à cause du risque de syndrome de rubéole congénitale (SRC) et de la possibilité d'une fausse couche.

Les personnes qui voyagent dans des régions où la rubéole se propage encore souvent, comme à l'extérieur du continent américain, **risquent le plus** d'être exposées au virus.



## Comment se propage-t-elle?

Le virus de la rubéole entre dans l'organisme par **la bouche et le nez**. La rubéole se propage généralement :

1. par les contacts étroits avec d'autres (p. ex. en toussant ou en éternuant près de quelqu'un ou en partageant des articles personnels comme des boissons)
2. par contact direct avec le mucus ou la salive d'une personne infectée, puis l'entrée de ces fluides dans le nez ou la bouche

Les personnes enceintes qui attrapent la rubéole peuvent aussi transmettre le virus à leur f etus. Le bébé peut donc naître avec le syndrome de rubéole congénitale (SRC). Les bébés nés avec le SRC peuvent aussi propager le virus de la rubéole à d'autres pendant **un an ou plus** par leur urine, leur mucus et leur salive.

## Qui devrait se faire vacciner?

Il est recommandé aux personnes et aux groupes suivants de se faire vacciner contre la rubéole :

- les enfants et les adolescents selon le calendrier de vaccination des enfants de la province/ du territoire
- les adultes qui **n'ont pas été** vaccinés contre la rubéole ou qui **n'ont pas** d'immunité à la rubéole confirmée en laboratoire
- toute personne qui songe à devenir enceinte, car on ne peut pas recevoir le vaccin contre la rubéole pendant la grossesse (c'est particulièrement vrai pour les personnes nées à l'extérieur du Canada ou pour les personnes qui travaillent ou étudient dans un établissement d'enseignement, car les personnes appartenant à ces groupes ont tendance à être exposées à la rubéole et à l'attraper plus souvent que les autres)

Les groupes suivants devraient aussi se faire vacciner contre la rubéole, car ils ont tendance à être exposés à la rubéole et à l'attraper plus souvent que les autres :

- les personnes qui travaillent avec les enfants (comme le personnel enseignant et le personnel des services de garderie)
- les travailleurs et les travailleuses de la santé
- les personnes qui se rendent dans des régions où la rubéole se propage activement

**Le calendrier vaccinal financé par l'État pour la rubéole varie d'une province et d'un territoire à l'autre.**

## Pourquoi certaines personnes sont-elles plus susceptibles d'être exposées à la rubéole?

Certains facteurs environnementaux peuvent accroître le risque d'exposition à la rubéole. Par exemple, la rubéole se propage plus facilement dans les endroits où les gens sont près les uns des autres, comme les élèves, les enseignantes et enseignants et le personnel dans les milieux de l'enseignement (primaire, secondaire et postsecondaire). Les personnes qui travaillent avec les enfants, comme les travailleuses et les travailleurs des services de garderie, sont aussi plus susceptibles d'attraper la rubéole, car elles peuvent travailler avec de nombreux enfants qui ne sont pas toujours entièrement protégés (immunisés) contre cette maladie.



De plus, de nombreux pays hors du Canada n'offrent pas systématiquement la vaccination contre la rubéole. Cela veut dire que beaucoup de nouveaux arrivants au Canada peuvent ne pas être protégés contre la rubéole et sont donc plus susceptibles de l'attraper.

## Êtes-vous protégé-e contre la rubéole?

**Les vaccins contre la rubéole sont sûrs, et ils représentent le moyen le plus efficace de se protéger contre l'infection par la rubéole.**

Le vaccin contre la rubéole est combiné avec d'autres vaccins – principalement ceux contre la rougeole, les oreillons et la varicelle. Ensemble, ils composent le vaccin contre la rougeole, la rubéole et les oreillons (RRO) ou le vaccin contre la rougeole, la rubéole, les oreillons et la varicelle (RROV). Avec le RRO ou le RROV, une seule injection protège contre plusieurs maladies en même temps.

# Rubéole : ce qu'il faut savoir



**Pour vous faire vacciner et faire vacciner votre enfant contre la rubéole, adressez-vous à votre médecin, votre infirmière ou infirmier, votre pharmacien ou pharmacienne ou votre service de santé publique local.**

## Références

**Agence de la santé publique du Canada. Vaccins contre la rubéole : Guide canadien d'immunisation; 2023.**  
<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-canadien-immunisation-partie-4-agents-immunisation-active/page-20-vaccin-contre-rubeole.html>

**Gouvernement du Canada. Rapport de virus des voies respiratoires, semaine 41 : se terminant le 15 octobre 2022; 2022.**  
<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/surveillance/detection-virus-voies-respiratoires-canada/2021-2022/semaine-41-terminant-15-octobre-2022.html>

**Santé publique Ontario. Résumé de preuves pertinentes. Qu'entend-on par une COVID-19 « endémique », et quand cela arrivera-t-il?; 2021.**  
[https://www.publichealthontario.ca/-/media/documents/ncov/phm/2021/12/covid-19-what-does-endemic-mean.pdf?sc\\_lang=fr](https://www.publichealthontario.ca/-/media/documents/ncov/phm/2021/12/covid-19-what-does-endemic-mean.pdf?sc_lang=fr)

**Soins de nos enfants. La rubéole pendant la grossesse; 2021.**  
[https://soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/pregnancy-and-babies/rubella\\_in\\_pregnancy](https://soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/pregnancy-and-babies/rubella_in_pregnancy)

**Centers for Disease Control and Prevention. (2020.) Rubella (German Measles, Three-Day Measles): Signs and Symptoms.**  
<https://www.cdc.gov/rubella/about/symptoms.html>

**Centers for Disease Control and Prevention. (2021.) Vaccines and Preventable Diseases. Measles, Mumps, and Rubella (MMR) Vaccination: What Everyone Should Know.**  
<https://www.cdc.gov/vaccines/vpd/mmr/public/index.html#:~:text=The%20person's%20immune%20system%20fights,viruses%20that%20cause%20these%20diseases>

**Cleveland Clinic. (2023.) Common Cold.**  
<https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/12342-common-cold>

**Organisation mondiale de la Santé. Rubéole; 2019.**  
<https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/rubella>

**Centers for Disease Control and Prevention. (2021.) The Pink Book. Chapter 20: Rubella.**  
<https://www.cdc.gov/vaccines/pubs/pinkbook/rubella.html>

**Nouvelle-Écosse. Guidelines for Communicable Disease Prevention and Control for Child Care Settings; 2015.**  
[https://www.novascotia.ca/dhw/cdpc/documents/guidelines\\_cdpc\\_child\\_care\\_setting.pdf](https://www.novascotia.ca/dhw/cdpc/documents/guidelines_cdpc_child_care_setting.pdf)

**Agence de la santé publique du Canada. Immunisation des travailleurs : Guide canadien d'immunisation; 2023.**  
<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-canadien-immunisation-partie-3-vaccination-populations-particulieres/page-11-immunisation-travailleurs.html#p3c10a2>