



LABORATOIRE ASTRABIO

# LA TOXOPLASMOSE

## La toxoplasmose pendant la grossesse

La toxoplasmose est une maladie bénigne due à un parasite assez répandu en France. Cependant, une contamination au cours de la grossesse peut provoquer dans quelques cas des lésions chez l'enfant.

## Que dois-je faire pour ne pas être contaminée ?

**Si vous avez déjà des anticorps contre la toxoplasmose :**

vous êtes protégée et vous n'avez plus aucun risque de contamination.

**Si vous n'avez pas d'anticorps contre la toxoplasmose :**

il y a des règles à respecter :

### ☐ des règles alimentaires :

- mangez de la viande bien cuite ou de la viande congelée à -20°C depuis au moins 2 jours
- ne mangez pas de charcuterie crue, fumée ou salée
- lavez abondamment les fruits et légumes destinés à être mangés crus
- ne portez pas vos mains à la bouche et au visage lors de la manipulation de viande crue

### ☐ des règles d'hygiène :

- lavez-vous les mains à l'eau et au savon avant chaque repas
- lavez-vous les mains après avoir jardiné ou jardinez avec des gants
- demandez à quelqu'un d'autre de s'occuper de la litière du chat (vecteur du parasite) ou faites-le avec des gants et lavez-vous bien les mains
- évitez d'entreposer la litière dans la cuisine
- donnez à votre chat des produits cuits, des aliments en conserves ou des croquettes

### ☐ un suivi médical :

Vous devez réaliser un suivi mensuel de votre sérologie toxoplasmose pendant toute la durée de la grossesse. Un dernier contrôle doit être effectué le mois qui suit l'accouchement afin de s'assurer qu'il n'y a pas eu de contamination en fin de grossesse.



LABORATOIRE ASTRABIO

# LA TOXOPLASMOSE

*Si vous avez d'autres questions, n'hésitez pas à demander conseil auprès d'un de nos biologistes*