

Prévention du Cytomégalovirus (CMV) pendant la grossesse

Information à destination des femmes enceintes et à leur conjoint

Qu'est-ce que le CMV ?

Le Cytomégalovirus (CMV) est un virus très fréquent, généralement sans gravité chez l'adulte, mais qui peut provoquer des complications lorsqu'il est transmis au bébé pendant la grossesse.

Il se transmet principalement par :

- **La salive et les urines**, en particulier celles des **jeunes enfants**.
- Les **sécrétions corporelles** : larmes, nez, brosses à dents, etc.

Pourquoi est-ce important pendant votre grossesse ?

Le CMV est la **première cause d'infection congénitale** en France.

Il peut provoquer :

- Un retard de croissance ou du développement chez le bébé.
- Des problèmes auditifs ou neurologiques dans certains cas.

Il **n'existe pas de vaccin** ni de traitement préventif actuellement.

👉 La meilleure protection, c'est la **prévention par les gestes du quotidien**.

Quels gestes pour réduire le risque d'infection ?

💧 Hygiène des mains

Se **laver les mains à l'eau et au savon** pendant au moins 20 secondes

- après avoir changé une couche
- après avoir mouché un enfant
- après contact avec de la salive ou de l'urine.

🚫 Ne pas partager les objets personnels

- Ne pas mettre à la bouche les cuillères, tasses ou biberons utilisés par un enfant.
- Ne pas partager les brosses à dents.
- Ne pas sucer la tétine tombée au sol (la rincer à l'eau claire uniquement).

💋 Limiter les contacts salivaires

- Éviter d'embrasser les jeunes enfants sur la bouche (préférer les bisous sur la joue ou le front).
- Essuyer les larmes, le nez ou la bouche avec un mouchoir jetable, puis se laver les mains.

🧼 Nettoyage régulier

- Nettoyer les jouets, objets et surfaces susceptibles d'être contaminés (notamment si un enfant est gardé à domicile).