



LIGUE RÉGIONALE DE  
**TRIATHLON**  
NOUVELLE-AQUITAINE

# LEPTOSPIROSE ET PRATIQUE DU TRIATHLON

Dr Audrey Lucero

Médecin de Ligue Nouvelle Aquitaine

<https://triathlonna.fr/>

---

# LEPTOSPIROSE . (PAGE 1)

---

- Qu'est-ce que la leptospirose ? => Page 2
  - Est-ce une pathologie grave? => Page 3
  - Comment puis-je me contaminer? => Page 4+5
  - Pratiquant le triathlon en Nouvelle Aquitaine, puis-je être contaminé ?=> Page 6
  - Comment se prémunir face à cette maladie ? => Page 7 à 10
  - Quels peuvent être les symptômes ? => Page 11
  - Que faire si je présente ces symptômes ? =>Page 14
-

---

# QU'EST CE QUE LA LEPTOSPIROSE . (PAGE 2)

---

- C'est une zoonose : la bactérie responsable de la maladie est une leptospire . Elle infecte un animal, puis l'homme se contamine par le contact de souillure d'animal mort ( urines, contact direct d.animal en suspension dans l'eau )
  - Pic d'incidence : de juillet à octobre
  - Risque plus élevé après des pluies importantes, ouragans...
-

---

## EST- CE UNE MALADIE GRAVE (PAGE 3)

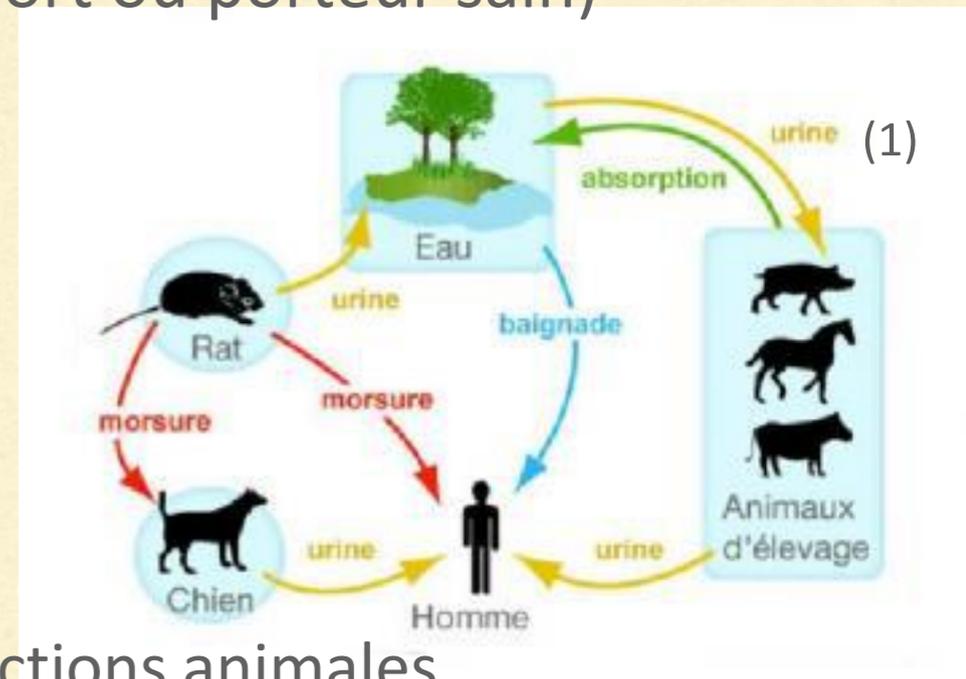
---

- Oui et non => cela dépend du sérotype de *bactérie*
  - La plupart du temps : forme bénigne
  - Mais dans 30% des cas sont sévères (sérotype « ictéro-hémorragique » et parfois mortel)
  - 5% sont des formes mortelles
-

# MODE DE TRANSMISSION (PAGE 4)

Transmission via un animal infecté (qu'il soit malade, mort ou porteur sain)

- Rongeurs+++, bovins, chevaux, chiens
- Contact direct ( morsure...)
- Contact indirect :



- Absorption d'eau douce contaminée par déjections animales
  - Cette eau peut être d'apparence limpide !
- Contact d'une peau lésée (écorchures..)ou via les muqueuses (bouche..)et les conjonctives par l'eau ou la terre humide contaminée

---

# MODE DE TRANSMISSION (PAGE 5)

---

- A Retenir = Transmission via un animal infecté ou eau souillée
- Il n'y a pas de contamination possible entre les humains



---

## LA LEPTOSPIROSE EN NOUVELLE AQUITAINE (PAGE 6)

---

■ Selon le recueil effectué par l'Institut Pasteur, pour l'année 2016:

- Sur les 600 cas recensés en métropole
- 48 cas en Aquitaine
- 26 en Poitou Charente
- 9 en Limousin



---

# COMMENT SE PRÉMUNIR CONTRE LA LEPTOSPIROSE ? (PAGE 7)

---



## ■ Mesure de bon sens :

- Ne pas ramasser d'animal mort sans protection gantée ou autre
  - Ne pas s'allonger au bord d'un lac ou rivière sans s'asseoir sur une serviette
  - Éviter les baignades après journée de forte pluie, d'orage
  - Prendre contact avec les services municipaux pour veiller à la **dératisation** des bords des lacs et rivières terrain d'entraînement , optimiser la collecte des déchets de bords de lacs ...
  - Ne pas nager en période sombre ( moment où les rongeurs sortent, de plus la leptospire serait sensible aux UV => il vaut mieux se baigner en pleine luminosité)
-

---

## COMMENT SE PRÉMUNIR CONTRE LA LEPTOSPIROSE? (PAGE 8)

### Avant les baignades:

---

- S'assure qu'il n'y a pas de plaie ou d'excoriation cutanée
  - Sinon , les protéger avec pansements occlusifs résistants à l'eau. ( en raison du tarif de ces pansements hydrofilm , il semble peu licite que les clubs aient à supporter le coût ) => chaque triathlète doit se responsabiliser :
    - Observer sa peau , occlure les zones infectées
    - Faire son stock de pansements occlusifs en début de saison ( Opsite™ , Tegaderm™ ,Secuderm,...)



---

## COMMENT SE PRÉMUNIR CONTRE LA LEPTOSPIROSE? (PAGE 9)

Pendant les baignades :

---

- Porter des lunettes de natation ,éviter les lentilles non jetables
- Limiter au maximum de boire la tasse (...)

■ Après la séance de natation :

- Se rincer la bouche avec de l'eau de ville ou de bouteille
- Se rincer les yeux avec des pipettes de sérum physiologique
- Prendre une douche rapidement
- Désinfecter les plaies avec une antiseptique s'il y en a (la leptospirose est sensible aux antiseptiques habituels)



---

# COMMENT SE PRÉMUNIR CONTRE LA LEPTOSPIROSE? (PAGE 10)

---



## Le vaccin Spirolept 200

- Efficace contre 1 seule des 13 formes de leptospire mais il protège de la forme la plus fréquente 30% en métropole et la plus grave (forme ictéro-hémorragique)

lien site <http://www.vaccination-info-service.fr/Les-vaccins-existants-en-France/Tableau-des-vaccins-existants-en-France>

- Schéma vaccinal assez contraignant
    - 3 Injections ( Jour 1 > Jour 15 > 6eme mois)
    - Rappel à 2 ans puis tous les 2 ans
  - Pouvant être réalisé par les médecins généralistes
  - Non remboursé ( prix libre 50 à 90 euros x 3 pour la première année)
-

---

## QUELS PEUVENT ÊTRE LES SYMPTÔMES? (PAGE 11)

- Délai entre la contamination et les signes cliniques : 2 à 20 jours
  - On peut se contaminer mais ne développer aucun symptôme
  - Les symptômes peuvent être assez différents => diagnostic difficile
  - **Syndrome pseudo grippal ( fièvre élevée (90% des cas, courbatures (71%),maux de tête( 75%)**
  - Conjonctives injectées
  - Éruptions cutanées (maculopapuleuses) , diarrhées, vomissements ( signe peu fréquent)
-

---

# QUELS PEUVENT ÊTRE LES SYMPTÔMES? (PAGE 12)

---

- Puis il peut y avoir ou non quelques jours sans symptômes puis aggravation avec :
    - Méningite ( maux de tête, nuque raide, prostration, intolérance à la lumière...)
    - Ictère (peau jaunâtre, urines foncées) par atteinte du foie, de la vésicule biliaire(cholecystite)
    - Diminution de quantité d'urine voire anurie (Insuffisance rénale)
    - Hémorragie
    - Puis défaillance multi organe
  - Décès dans 5% des cas tout sérogroupes cumulés mais dans 20% des formes dues au sérotype ictéro-hémorragique sans traitement ( 10% avec antibiothérapie instaurée rapidement )
-

- 
- 
- SI JE PRESENTE UNE FIEVRE , JE DOIS CONSULTER RAPIDEMENT MON MEDECIN ET LUI RAPPELER QUE JE NAGE EN EAU LIBRE
-

---

# QUE FAIRE EN CAS DE DOUTE?(PAGE14)

---

- En cas de contact direct avec un animal , ou de doute, aller voir son médecin traitant => il évaluera la possibilité de débiter un traitement antibiotique prophylactique
  - En cas de suspicion de contamination chez un triathlète avec des signes cliniques => faire une prise de sang :
    - Dosage de CRP(++), ASAT, ALAT,urée,creatinine, plaquettes (thrombopénie)
    - sérologie par technique PCR permet un diagnostic rapide en 24h)
  - Avant l'attente des résultats => instaurer les antibiotiques par voie intraveineuse ( pénicilline G)
-

---

# QUE RETENIR ?

---

- Je pratique le triathlon : je suis une personne à risque d'être contaminée par la leptospirose ( en entraînement ++ ou en compétition )
  - Il existe un vaccin efficace contre 30% des formes présentes en Aquitaine et surtout contre la plus sévère.
  - Etre vacciné ne me protège pas de toutes les formes de leptospirose , et je dois réduire les risques en restant vigilant tout au long de la saison (reparer mes plaies , les protéger, me rincer, ne pas négliger une fièvre ....)
  - Le risque est proportionnel à mon temps d'exposition , le nombre de sorties à l'eau et la qualité du plan d'eau .
-