

Ebola est arrivé au Sénégal, maintenant qu'est-ce qu'on fait ?

Traverser la frontière aérienne ou terrestre ouverte d'un pays touché par le virus Ebola permet d'identifier les voyageurs, prendre leur température, demander leur numéro de téléphone et organiser un suivi, en cas de besoin.

La Guinée a pris la température d'environ 31 000 passagers aériens en juillet 2014 avant qu'on ne suspende la plupart des vols. Vingt-sept personnes se sont vues refuser l'embarquement sans qu'aucune d'entre elles n'ait développé la maladie ultérieurement.

Avant la mise en place de ces mesures, des dizaines de milliers de personnes se déplaçaient dans la région par avion, pour des raisons tant personnelles que commerciales. Privée de ce moyen de transport la population continue à se déplacer, le commerce continue, mais à travers les frontières particulièrement poreuses qui s'étendent sur des milliers de kilomètres de long. Les gens traversent toujours les frontières, mais en douce, sans contrôle, sans prise de température, sans laisser leur numéro de téléphone. En réalité, la fermeture des frontières augmente le risque de contamination plutôt que de le diminuer. Une frontière ouverte et contrôlée est plus efficace.

Ebola au Sénégal, est-ce grave? Une maladie grave est une maladie qui à la fois tue et qui est présente. Ebola tue, c'est bien cela qui fait peur... Mais attention ! Tout le monde ne meurt pas d'Ebola, même sans traitement. De plus, un traitement précoce augmente les chances de survie et diminue la mortalité.

Beaucoup plus de personnes meurent en Afrique de l'Ouest de malaria, de diarrhée, de choléra, d'infections respiratoires, d'accouchements à risque, du Sida, de la malnutrition, d'accidents de la route, ou encore de maladies évitables par la vaccination ... plus que d'Ebola même dans les 3 pays les plus affectés.

S'il est pris de panique, le système de santé se paralyse. Les malades qui souffrent d'autres maladies ne consulteront plus et le personnel de santé restera absent. La peur, la panique et la rumeur font plus de dégâts que la maladie.

Le Sénégal a un meilleur système de santé que la plupart des autres pays affectés. Si tous les contacts – tous sans exception - sont suivis, il y a de bonnes chances qu'on parvienne à limiter la propagation. Dans le cas contraire, les efforts de 'tracing', la recherche des contacts du premier malade, ralentiront la transmission.

Qu'il y ait beaucoup de cas ou non, dépendra de vous, de nous tous, de notre comportement. Le virus peut survivre quelques jours dans des conditions idéales mais est en réalité il est très fragile. Il meurt au bout de quelques minutes lorsqu'il est exposé au soleil ou au vent. Il meurt en quelques secondes s'il est en contact avec du savon, de l'eau légèrement chlorée ou tout type d'antiseptique ou de gel alcoolisé. La contamination se produit principalement en prenant soin d'une personne malade ou en touchant le corps d'un malade décédé. Il faut savoir que les personnes infectées ne transmettent le virus qu'à partir du moment où elles développent des symptômes : une fièvre élevée et une fatigue extrême s'emparent d'elles (et parfois, mais pas toujours, suivies de vomissements, diarrhée et de saignements). Au fur et à mesure de la progression de la maladie, les personnes deviennent plus infectieuses, avec un très haut risque de contamination juste avant mais aussi après la mort. Le corps d'un malade décédé est très infectieux.

Comment éviter la maladie et couper la transmission : gardez votre distance de personnes malades ; si vous touchez une personne fiévreuse, lavez-vous les mains ou les autres parties du corps ayant été en contact avec la personne. Lors d'un enterrement, gardez votre distance avec les autres personnes et le défunt. La maladie ne se transmet pas par la simple présence d'une personne malade au travail, l'école ou dans les transports publics.

Sachez aussi que les billets de banque et les pièces de monnaie ne transmettent pas la maladie, ni les tomates, les aliments en général ou encore les plats individuels de nourriture. Idem, pas de transmission du virus Ebola par les moustiques ou la nage en piscine.

Évitez aussi de faire de la fièvre pour d'autres causes, afin d'éviter une angoisse inutile : moustiquaire et lotion anti-moustiques pour éviter le paludisme, nourriture et maison propres pour éviter les diarrhées. En vous lavant les mains et gardant un peu plus vos distances, vous attraperez moins facilement des gripes et des rhumes.

Vous avez de la fièvre... est-ce Ebola ? 37.8°C ce n'est pas Ebola. La fièvre due au virus est élevée, 38.5°C et plus. Mais par prudence, les points de contrôle posent plus de questions à partir de 38°C. Le thermomètre indique 39.2°C? Faites un test pour le paludisme d'abord et demandez-vous si dans les derniers 21 jours vous avez été proche, pris soin ou touché une personne malade ou morte. Si vous avez de la fièvre élevée et une histoire de contacts, mieux vaut consulter immédiatement tout en avertissant le personnel soignant des risques éventuels parce qu'un traitement précoce augmente les chances de survie en cas d'Ebola.

Nous savons que le personnel médical est parmi le premier à être exposé puisqu'il examine les malades. Que faites-vous, ne pas aller à l'hôpital pour votre douleur au ventre par peur de contamination? Allez-vous prendre ce risque, et s'il s'agit d'un paludisme grave? Je vous conseille d'aller à l'hôpital ou chez le médecin en demandant au personnel soignant de mettre des gants et des masques pour éviter toute transmission... envers vous. Mais sachez qu'une toux ne transmet pas Ebola, ce sont les liquides corporels, la salive, le sang, le sperme, tout liquide corporel infectieux (à propos, le préservatif, ça protège aussi pendant les rapports sexuels).

Et si vous avez un malade à la maison ? C'est difficile, parce qu'on aime les siens, on veut les toucher pour les réconforter, pour poser des tissus humides pour diminuer la fièvre. Prenez bien soin des vôtres, donnez de l'amour et du confort mais s'il s'agit d'une maladie infectieuse: fièvre, vomissements, diarrhée, gardez vos distances. Vous ne voulez pas non plus attraper le rhume ou la rougeole de votre enfant. Vous savez comment éviter les risques de transmission, lavez-vous les mains souvent. S'il y a raison de craindre Ebola (symptômes + historique de contacts), le plus tôt vous consultez, le mieux c'est.

Quel est le Numéro vert au Sénégal? Le 800 00 50 50. Voilà, j'espère que ceci vous donne les éléments pour mieux comprendre, pour éviter la panique qui fait plus de mal que de bien - et pour adopter le bon comportement et prendre les mesures nécessaires en attendant que la vague passe.

Si vous ne vous sentez pas à l'aise ou en sécurité, n'hésitez pas à en parler librement au chef de bureau, au chef de l'administration ou à un des médecins du bureau.

[Jorge CASTILLA ECHENIQUE](#), Coordinateur santé au Bureau régional de Dakar de l'Aide humanitaire et de la protection civile (ECHO) de la Commission européenne.