

FUTURA

Méningite : qu'est-ce que cette maladie ?

Podcast écrit et lu par Melissa Lepoureau

Depuis le début de l'année 2025, Rennes fait face à une augmentation importante des cas de méningite, en particulier chez les jeunes adultes. Cette situation a conduit les autorités sanitaires à renforcer les mesures de prévention et de sensibilisation auprès de la population.

Bonjour à toutes et à tous, je suis Melissa Lepoureau et cette semaine dans Futura Santé, je vais vous parler de cette maladie qui peut avoir de très graves conséquences.

[Le thème de Futura News décliné sur un style lofi.]

Savez-vous ce qu'est la méningite ? C'est une inflammation des méninges, les membranes qui enveloppent le cerveau et la moelle épinière. Cette inflammation peut être causée par des infections virales, bactériennes ou fongiques. On parle beaucoup de la méningite bactérienne, notamment celle due à *Neisseria meningitidis* donc la méningite à méningocoque. Elle est particulièrement préoccupante à cause de sa gravité et de sa rapidité d'évolution. La méningite bactérienne est une urgence médicale. Sans traitement rapide, elle peut provoquer des complications sévères comme des lésions cérébrales, une perte auditive ou des troubles neurologiques permanents. Dans certains cas, elle peut être fatale en quelques heures. Alors comment est-on infecté, et quels en sont les symptômes ? Le méningocoque se transmet principalement par les gouttelettes respiratoires ou la salive, lors de contacts rapprochés et prolongés avec une personne infectée, qu'elle ait des symptômes ou pas. La bactérie peut coloniser le rhinopharynx sans provoquer de symptômes, ce qui rend la détection des porteurs asymptomatiques assez difficile. Les premiers symptômes de la méningite peuvent ressembler un peu à ceux d'une grippe. Vous avez des maux de tête très intenses, une forte fièvre, des nausées ou vomissements, la nuque particulièrement raide, et une sensibilité à la lumière, ce qu'on appelle aussi photophobie. Vous pouvez aussi être un peu confus, ou avoir une tendance à la somnolence. Chez les nourrissons, c'est pas simple à voir parce que les signes peuvent être moins spécifiques, mais on peut noter une irritabilité, des pleurs incessants ou une somnolence excessive. Dans tous les cas, la vaccination est le moyen le plus efficace de prévenir certaines formes de méningite bactérienne. Des vaccins ciblant différents types de méningocoques sont disponibles et recommandés selon les tranches d'âge et les facteurs de risque. Bien sûr, vous pouvez aussi faire quotidiennement attention avec des mesures préventives supplémentaires : vous laver les mains régulièrement avec de l'eau et du savon, éviter le partage d'objets personnels comme les couverts, les verres, les cigarettes, aérer les espaces clos et bien sûr, le covid nous l'aura appris mais en cas de symptômes respiratoires, ne pas hésiter à porter un masque pour limiter la propagation des agents

pathogènes. Mais que faire maintenant si malgré toutes ces mesures la méningite a frappé à votre porte ? Face à l'apparition de symptômes évocateurs de la méningite, il est crucial de consulter immédiatement un professionnel de santé. Un diagnostic précoce et une prise en charge rapide augmentent significativement les chances de guérison sans séquelles. S'il s'agit d'une méningite bactérienne, il faut prendre un traitement antibiotique le plus rapidement possible pour éviter les complications qui peuvent être de l'ordre de la confusion mentale, la crise d'épilepsie, le coma, et parfois le choc septique, dans le cas où l'infection se serait généralisée à tout l'organisme. Dans ce cas, on peut noter l'apparition de tâches rouges violacées ; c'est ce qu'on appelle un purpura fulminans. Des séquelles au niveau de la vue sont possibles, jusqu'à une perte totale de la vision, mais également au niveau de l'audition, de l'élocution et dans certains cas, une paralysie voire une gangrène des mains ou des pieds. Il y a aussi les méningites dues à des virus, qui sont moins graves que la bactérienne, mais qu'il convient tout de même de bien surveiller. La maladie évolue favorablement sous une dizaine de jours.

Si on en parle aujourd'hui, c'est parce que la situation actuelle à Rennes rappelle l'importance de la vigilance face à la méningite à méningocoque. La prévention, notamment par la vaccination et le respect des mesures d'hygiène dont je vous parlais, est essentielle pour limiter la propagation de cette maladie potentiellement mortelle. Depuis décembre 2024, la métropole rennaise est confrontée à une recrudescence des infections invasives à méningocoque B, avec six cas signalés, dont deux sur le campus universitaire. Cette situation a conduit les autorités sanitaires à mettre en place une campagne de vaccination ciblée pour endiguer la propagation de la maladie. Face à cette situation préoccupante, une campagne de vaccination a été lancée à destination des jeunes âgés de 15 à 24 ans résidant, étudiant ou travaillant dans Rennes Métropole. Deux centres de vaccination ont été ouverts, l'un au campus de Beaulieu et l'autre au campus de Villejean. Vous pouvez prendre rendez-vous sur Doctolib, et les mineurs doivent présenter une autorisation parentale signée des deux parents. Cette vaccination est importante et essentielle pour se protéger contre une infection grave qui peut entraîner des complications sévères, comme une méningite ou une septicémie, parfois mortelles. En tout cas, si vous ressentez les symptômes dits méningés, donc ceux que je vous ai décrit tout à l'heure, ou que vous voyez que votre nourrisson a un comportement inhabituel et inquiétant, le plus sûr est de consulter un médecin en urgence. L'important c'est la prise en charge le plus tôt possible.

C'est tout pour cet épisode de Futura SANTÉ. Si ce podcast vous plaît, pensez à lui laisser une note et un commentaire, et n'hésitez pas à le partager autour de vous. Cette semaine, je vous recommande notre dernier épisode de Futura Flash, dans lequel on vous explique pourquoi les allergies doivent devenir un sujet de santé publique ! Pour le reste, je vous souhaite une excellente journée ou une très bonne soirée, prenez soin de vous et je vous dis à la prochaine, dans Futura SANTÉ.