

Zika Virus Fact Sheet

What is Zika Virus and How Does it Spread?

Zika is a virus that is spread mostly by the *Aedes* mosquito. It is closely related to other viruses like dengue, which are also spread by the bite of a mosquito. The mosquitoes that carry the virus are commonly found in the tropical and subtropical regions of the Americas (stretching from the US Midwest into Argentina). They live near to humans and bite **during the daytime and early evening hours.**

While most spread is linked to the bite of a mosquito that has the virus, less common types of spread can also occur. These include from mother-to-child, having a blood transfusion with blood that is infected and through having sex with someone who has the infection.

There have been many outbreaks of Zika virus in the past years. In early 2015 the first Zika virus case was seen in Brazil, followed by many other outbreaks that affected more than 80 countries the next year. These countries have had a large decrease in the numbers of Zika virus since then, especially in travellers.

How Long Does it Take to Get Symptoms if You Have Been Infected?

Most people (around 75%-80%) exposed to the Zika virus do not develop symptoms. When present, symptoms develop 3 to 14 days after a bite from an infected mosquito.

What are The Symptoms?

If you have symptoms, they are usually mild, such as skin rash, low-grade fever, muscle and joint pain, red eyes, eye pain, chills and headache.

Less common symptoms may include weakness, lack of energy, sore throat, diarrhea and nausea/vomiting. Severe symptoms that can cause you to go to hospital are uncommon. Deaths related to Zika virus have been rare and have mostly been seen in people who have weak immune systems, or who have other health conditions.

If you have symptoms, they usually last between 2 to 7 days.

What Should I Do if I Develop Symptoms?

If symptoms develop within 2 weeks of return from an area that is affected, it is recommended that you visit your health care provider (e.g. doctor, nurse practitioner). You should talk with them about where you have travelled and whether you have had unprotected sex with someone who may have been infected with Zika virus.

Zika virus can stay in the semen of an infected person for a long period of time. If infected, males should use condoms

for a period of **three months after returning from an area** affected by a Zika virus outbreak and/or **three months after onset of illness** from Zika (whichever is longer).

You should not become pregnant for **two months after your illness** from Zika virus, and/or for **two months after you return** from an area that is affected by a Zika virus outbreak (whichever period of time is longer).

How is Zika Virus Infection Diagnosed?

Zika virus infection is diagnosed by testing your blood or urine for the virus. The best time to get tested is in the first 3-5 days after start of symptoms. Your health care provider will decide if you should be tested based on your risk factors. Risk factors include having symptoms that are known to be related to Zika, time of when your symptoms began, your pregnancy status, the place you travelled to and for how long, and if you had unprotected sex with someone who is infected with Zika virus. As symptoms of Zika virus infection are similar to other diseases such as dengue, chikungunya, malaria, influenza and measles, more tests may be done to rule these out.

How is Zika Virus Infection Treated?

There is no specific cure for Zika virus infection. Treatment is focused on relieving symptoms and includes drinking fluids, resting and taking acetaminophen (e.g. Tylenol) if needed. You **should not** take medication for pain that has acetylsalicylic acid (ASA), like aspirin, or any nonsteroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs), like ibuprofen, Motrin, Advil or Aleve until your health care provider has determined that you do not have an infection that causes you to bleed (e.g. dengue). This is because ASA and NSAIDs put you at greater risk for bleeding.

After having Zika virus infection, you should be protected against Zika for the rest of your life.

What are Some Complications of Zika Virus Infection?

Rare diseases of the nervous system such as **Guillain Barré Syndrome** (GBS) have been linked to Zika virus infection. Symptoms of GBS can include muscle weakness and numbness in your arms and legs, as well as weakness of your lungs. Most people recover from these symptoms but some may have lifelong damage to their nervous system. Very few people die from GBS. Other rare conditions affecting the nervous system have also been reported.

Zika Virus Fact Sheet

Zika virus infection could cause damage to the developing brain of a fetus and to their nervous system. Some babies who were exposed to Zika during pregnancy can be born with serious birth defects such as problems with brain development, skulls that are not formed properly, stiff muscles, seizures, club feet, vision loss and hearing loss. This is called **Congenital Zika Syndrome**. Some babies may be born with problems you cannot see right away but then have slower development of their brains over time. In order to detect and manage these potential problems, all babies born to someone who had Zika virus infection during pregnancy should be followed up by a doctor every few weeks during the first one to two years of life.

Once someone is no longer infected with the virus and later becomes pregnant, there is no risk of passing on the infection to a baby or of the baby having any birth defects. The benefits of breastfeeding are more important than any possible risks of the illness being passed on through breast milk.

What Can I Do to Lower My Risk of Zika Virus Infection?

There is currently no approved vaccine, treatment or medication to prevent or protect against Zika virus infection. Vaccines are currently being developed and researched. Although the risk to travellers is low, you should consult with your health care provider or visit a travel health clinic at least 6 weeks before travel to discuss your personal risk of infection. To reduce your risk, you should try to prevent mosquito bites by using personal protective measures (PPM):

- Use an appropriate insect repellent (i.e. those containing DEET or Icaridin)
- Wear clothing that protects your skin at all times
- Use bed nets that are treated with insecticide
- Keep doors closed and window screens in good repair
- Use air conditioning

Should Pregnant Travellers Take Any Special Precautions?

Pregnant women do not need to avoid travel to areas where there is Zika virus. You may choose to avoid or postpone travel to these areas after talking to your health care provider. If travelling, use personal protection measures to prevent mosquito bites, as mentioned above.

Should any partners you have sex with be infected with Zika virus, you should protect yourself by using condoms throughout your whole pregnancy. Some people may choose to not have sex with anyone who has travelled to a country or area with risk of Zika virus.

Testing is **not** recommended for pregnant people who do not have symptoms, especially if you have no travel history to an area with Zika or you have not had sex with a partner who had a travel history to those areas.

What is The Risk of Sexual Transmission of Zika Virus?

Although rare, Zika virus can be passed on through having sex. Therefore, you may choose to use condoms or avoid having sex while in areas that have Zika virus. Your sexual partners should be aware of the risk so they can make informed travel decisions and take appropriate precautions. In the case of a confirmed infection in a male partner, couples planning a pregnancy might wish to delay pregnancy for up to 6 months, depending on your personal risk tolerance.

Can I Donate Blood or Other Tissues After Having Zika?

A person who is infected can pass the virus on by donating blood products, cells, tissues, or organs. However, the virus typically leaves the blood by 21-24 days. Therefore, anyone with a history of travel outside of Canada, the United States or Europe will need to wait for 21 days after their return before donating blood or blood products.

Please see the [Canadian Blood Services website](#) for more information about cell, tissue, and organ donation.

Can I Get Zika Virus in Manitoba or Canada?

The overall risk of local spread of Zika virus in Canada is **very low**. While the *Aedes* mosquitoes that can carry the virus are usually unable to survive the cool weather in Manitoba, there have been some reports of these mosquitoes surviving in southern Ontario. Based on research done in Manitoba, the possibility of our mosquitoes spreading Zika virus is extremely low.

Where Can I Get More Information?

For More information visit:

<https://www.gov.mb.ca/health/publichealth/diseases/Zika.html>

Information sur le virus Zika

Qu'est-ce que le virus Zika et comment se propage-t-il?

Le virus Zika se transmet surtout par le moustique *Aedes aegypti*. Il s'apparente étroitement à d'autres virus, comme celui de la dengue, qui se propage aussi par une piqûre de moustique. Les moustiques vecteurs du virus Zika sont communs dans les régions tropicales et subtropicales des Amériques (du Midwest étatsunien à l'Argentine). Ils se tiennent à proximité des humains et **piquent pendant la journée et en début de soirée**.

Si le virus se propage la plupart du temps par la piqûre d'un moustique vecteur du virus, il comporte aussi des modes de transmission moins courants. Il peut notamment se transmettre de la mère à l'enfant, par une transfusion de sang infecté ou par des rapports sexuels avec une personne infectée.

De nombreuses épidémies ont été causées par le virus Zika ces dernières années. C'est au Brésil qu'on a observé le premier cas d'infection au virus Zika, au début de l'année 2015. De nombreuses épidémies ont ensuite touché plus de 80 pays l'année suivante. Depuis, ces pays ont connu une forte diminution du nombre de cas d'infection au virus Zika, notamment chez les voyageurs.

Combien de temps après l'infection les symptômes se manifestent-ils?

La plupart des personnes (environ 75 % à 80 %) exposées au virus Zika n'ont pas de symptômes. Lorsqu'il y en a, les symptômes se manifestent 3 à 14 jours après la piqûre par le moustique infecté.

Quels sont les symptômes?

Le cas échéant, les symptômes sont généralement légers : une éruption cutanée, une légère fièvre, des douleurs musculaires et articulaires, des yeux rouges, des douleurs oculaires, des frissons et des maux de tête.

Parmi les symptômes moins courants, mentionnons une faiblesse, un manque d'énergie, un mal de gorge, une diarrhée et des nausées ou vomissements. Il est rare qu'on doive hospitaliser la personne pour des symptômes plus graves. Les décès liés au virus Zika sont rares et sont surtout survenus chez des personnes dont le système immunitaire était affaibli ou qui avaient d'autres problèmes de santé.

Les symptômes disparaissent généralement au bout de deux à sept jours.

Que dois-je faire si j'ai des symptômes?

Si des symptômes se manifestent au cours des deux semaines qui suivent votre retour d'une région où le virus est endémique, il vaut mieux consulter votre prestataire de soins de santé (médecin, infirmière praticienne, etc.). Vous devriez lui dire où vous avez voyagé, et si vous avez eu des rapports sexuels non protégés avec une personne susceptible d'avoir été infectée par le virus Zika.

Le virus Zika peut rester dans le sperme d'une personne infectée pendant longtemps. En cas d'infection, l'homme doit utiliser des préservatifs pendant une période de **trois mois après son retour de voyage dans une zone touchée** par une épidémie due au virus Zika, ou **trois mois après la manifestation des symptômes de la maladie** (soit la période la plus longue des deux possibilités).

La femme ne doit pas devenir enceinte pendant **deux mois après la manifestation d'une maladie** due au virus Zika, ou pendant **deux mois après son retour de voyage** dans une zone touchée par une épidémie due au virus Zika (soit la période la plus longue des deux possibilités).

Comment pose-t-on le diagnostic d'une infection par le virus Zika?

Le test de dépistage de l'infection consiste à vérifier la présence du virus Zika dans le sang ou l'urine, de préférence durant les trois à cinq premiers jours après l'apparition des symptômes. En fonction de vos facteurs de risque, votre prestataire de soins de santé décidera si vous devez subir cette analyse ou non. Les facteurs de risque comprennent ce qui suit : le fait d'avoir des symptômes connus du Zika; le moment où vos symptômes ont commencé; si vous êtes enceinte; l'endroit où vous avez voyagé; la durée de votre voyage; si vous avez eu des rapports sexuels non protégés avec une personne infectée par le virus Zika. Puisque les symptômes de l'infection par le virus Zika ressemblent à ceux d'autres maladies comme la dengue, le chikungunya, le paludisme, la grippe ou la rougeole, il se peut qu'on effectue d'autres tests pour en éliminer la possibilité.

Comment traite-t-on l'infection par le virus Zika?

Il n'existe pas de traitement propre à l'infection par le virus Zika. Le traitement vise à soulager les symptômes en buvant beaucoup de liquides, en se reposant et en prenant de l'acétaminophène (p. ex., Tylenol) au besoin. Vous **ne devez pas** prendre de médicaments contre la douleur contenant de

Information sur le virus Zika

l'acide acétylsalicylique (AAS), comme l'aspirine, ou des anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS), comme l'ibuprofène, le Motrin, l'Advil ou l'Aleve, tant que votre professionnel de la santé n'a pas déterminé que vous n'avez pas une infection qui provoque des saignements (par exemple, la dengue). En effet, l'AAS et les AINS vous exposeraient à un risque accru d'hémorragie.

Après avoir subi une infection au virus Zika, vous devriez être à l'abri des méfaits de ce virus pour le reste de votre vie.

Quelles sont les complications de l'infection par le virus Zika?

On a établi un lien entre l'infection par le virus Zika et des maladies rares du système nerveux, comme le **syndrome de Guillain Barré** (SGB). Le SGB peut se manifester par une faiblesse musculaire et un engourdissement des bras et des jambes, ainsi que par une fragilité pulmonaire. La plupart des gens se remettent de ces symptômes, mais certaines personnes peuvent conserver des lésions nerveuses permanentes. Très peu de gens meurent du SGB. On a également signalé d'autres maladies rares du système nerveux.

L'infection par le virus Zika peut causer des lésions au cerveau en développement d'un fœtus et à son système nerveux. Certains bébés exposés au virus Zika durant la grossesse peuvent souffrir de graves déficiences congénitales comme une malformation du cerveau ou du crâne, des raideurs musculaires, des convulsions, des pieds bots, une déficience visuelle ou auditive. C'est ce qu'on appelle le **syndrome congénital de Zika**. Chez certains bébés, les problèmes ne sont pas tout de suite évidents, et c'est seulement après coup que l'on commence à constater un retard de développement du cerveau. Afin de détecter et de prendre en charge ces problèmes potentiels, tous les bébés nés d'une personne ayant été infectée par le virus Zika pendant la grossesse doivent être suivis par un médecin toutes les quelques semaines, au moins durant sa première année de vie, sinon ses deux premières années de vie.

Si une femme devient enceinte une fois qu'elle n'est plus infectée par le virus, elle ne court aucun risque de transmettre l'infection au fœtus et ce dernier ne court aucun risque d'anomalies congénitales. Les avantages de l'allaitement sont plus importants que les risques éventuels de transmission de la maladie par le lait maternel.

Que puis-je faire pour réduire mon risque d'infection par le virus Zika?

Il n'existe actuellement aucun vaccin, traitement, ni médicament homologué pour la prévention de l'infection par le virus Zika, ou pour s'en protéger. Des chercheurs se penchent actuellement sur la découverte d'un vaccin.

Bien que le risque pour les voyageurs soit faible, vous devriez consulter votre prestataire de soins de santé ou vous rendre dans une clinique santé-voyage au moins six semaines avant le voyage, afin de discuter de votre risque personnel d'infection. Pour réduire ce risque, vous devrez essayer d'éviter les piqûres de moustiques en ayant recours à des mesures de protection personnelle (MPP) :

- insectifuge approprié (par exemple, ceux qui contiennent du DEET ou de l'icaridine);
- vêtements qui protègent constamment la peau;
- moustiquaires traitées à l'insecticide;
- portes fermées et moustiquaires des fenêtres en bon état;
- air conditionné.

Fait-il que les voyageuses enceintes prennent des précautions particulières?

Les femmes enceintes n'ont pas besoin de s'abstenir de voyager dans les régions où sévit le virus Zika. Elles peuvent choisir d'éviter un voyage dans ces régions ou de le reporter après en avoir parlé à leur prestataire de soins de santé. Si vous voyagez, ayez recours à des mesures de protection personnelle (ci-dessus) pour éviter les piqûres de moustiques.

Si les partenaires avec lesquels vous avez des rapports sexuels sont infectés par le virus Zika, vous devrez vous protéger pendant toute votre grossesse au moyen de préservatifs. Certaines pourront choisir de ne pas avoir de rapports sexuels avec une personne ayant voyagé dans un pays ou une zone où le virus Zika pose un risque.

Le dépistage **n'est pas** recommandé pour les femmes enceintes qui ne présentent pas de symptômes, en particulier si elles n'ont pas d'antécédents de voyage dans une région où le virus Zika est endémique, ou si elles n'ont pas eu de rapports sexuels avec un partenaire ayant voyagé dans ces régions.

Quel est le risque de transmission sexuelle du virus Zika?

Bien que rare, le virus Zika peut se transmettre par des rapports sexuels. Par conséquent, vous pouvez opter pour des

Information sur le virus Zika

préservatifs ou éviter d'avoir des rapports sexuels lorsque vous vous trouvez dans des zones où le virus Zika est présent. Vous devez informer vos partenaires sexuels du risque, afin de pouvoir prendre des décisions de voyage éclairées et d'appliquer les mesures appropriées de précaution. En cas d'infection confirmée chez un partenaire masculin, les couples qui désirent avoir un enfant pourraient attendre jusqu'à six mois avant de concevoir, en tenant compte de leur tolérance personnelle au risque.

Puis-je donner du sang ou d'autres tissus biologiques après une infection par le virus Zika?

Une personne infectée peut transmettre le virus par un don de produits sanguins, de cellules, de tissus ou d'organe. Toutefois, le virus quitte généralement le sang au bout de 21 à 24 jours.

Par conséquent, toute personne ayant voyagé à l'extérieur du Canada, des États-Unis ou de l'Europe devra attendre 21 jours après son retour de voyage avant de donner du sang ou des produits sanguins.

Veillez consulter le site de la [Société canadienne du sang](#) pour de plus amples renseignements sur les dons de cellules, de tissus ou d'organe.

Puis-je contracter le virus Zika au Manitoba ou au Canada?

Le risque de propagation locale du virus Zika est généralement **très faible** au Canada. Bien que les moustiques *Aedes aegypti*, vecteurs du virus, ne puissent habituellement pas survivre aux températures froides du Manitoba, on en a signalé ayant survécu dans le sud de l'Ontario.

D'après les recherches effectuées au Manitoba, la possibilité que nos moustiques propagent le virus Zika est extrêmement faible.

Où puis-je trouver de plus amples renseignements?

Pour de plus amples renseignements veuillez consulter <https://sarariel.ca/fr/>
<https://www.gov.mb.ca/health/publichealth/diseases/Zika.fr.html>