

PATIENTS ET USAGERS

version : 20 mars 2020

POURQUOI ON NE TESTE PLUS TOUS LES CAS SUSPECTS ?

En phase épidémique, il n'est plus nécessaire de faire un prélèvement chez toutes les personnes présentant des signes compatibles avec la maladie.

En pratique, toutes personnes présentant les signes suivants sont considérées comme contaminées par le virus :

- Signes d'atteinte respiratoire par un virus, c'est-à-dire rhume, nez qui coule, **toux, difficultés à respirer**
- Et/ou **Fièvre** ou sensation de fièvre ou courbatures



QUEL COMPORTEMENT ADOPTER ?

**SAUVEZ DES VIES
RESTEZ
CHEZ VOUS**

Seul le respect des gestes barrières par toute la population peut permettre de limiter la survenue de cas graves car il n'existe pas, à ce jour, de traitement spécifique ou de vaccin contre ce virus.

1) Rester confiner à domicile en ne sortant que pour les sorties de première nécessité

Le 16 mars 2020, le Président de la République a décidé de prendre des mesures pour réduire à leur plus strict minimum les contacts et déplacements sur l'ensemble du territoire à compter du mardi 17 mars à 12h00, pour quinze jours minimum.

Les déplacements sont interdits sauf dans les cas suivants et sur **attestation uniquement** pour :

- Se déplacer de son domicile à son lieu de travail dès lors que le télétravail n'est pas possible
- Faire ses achats de première nécessité dans les commerces de proximité autorisés
- Se rendre auprès d'un professionnel de santé
- Se déplacer pour la garde de ses enfants ou aider les personnes vulnérables à la stricte condition de respecter les gestes barrières
- Faire de l'exercice physique uniquement à titre individuel, autour du domicile et sans aucun rassemblement.



Les infractions à ces règles seront sanctionnées d'une amende de 135 euros.

2) Se laver les mains très régulièrement (cf chapitre comment se laver les mains ?)

3) Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir

4) Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades

5) Utiliser des mouchoirs à usage unique et les jeter dans une poubelle fermée



PATIENTS ET USAGERS

JE TOUSSE ET/OU J'AI DE LA FIEVRE : QUE FAIRE ?

1) Si vous avez du mal à respirer ou si vous avez fait un malaise = **APPELEZ LE 15**



2) Dans les autres cas, contactez votre médecin traitant ou son secrétariat qui vous donnera la conduite à tenir.

Si vous n'avez pas de médecin traitant, essayez de contacter un généraliste.

Si vous n'arrivez pas à contacter de médecin généraliste, appelez le 15



N'ALLEZ PAS CONSULTER UN MEDECIN (en ville ou à l'hôpital) SANS L'AVOIR CONTACTÉ AVANT



NE PRENEZ PAS D'ANTI-INFLAMMATOIRES

Pour calmer vos douleurs ou faire baisser votre fièvre, seul le paracétamol est autorisé.

En cas de doute, demander conseil à votre pharmacien par téléphone.

Vous devez poursuivre vos médicaments habituels sauf avis contraire de votre médecin.

AUTORISÉS	INTERDITS
PARACÉTANOL	Advil Voltaren
EFFERALGAN [®]	NUROFEN [®] IBUPROFÈNE
DAFALGAN [®]	Diclofénac ASPEGIC
Doliprane [®]	KÉTOPROFÈNE ASPIRINE

Vous pensez avoir été exposé au Coronavirus COVID-19 et avez des symptômes ?

Le ministère des Solidarités et de la Santé a validé un algorithme co-développé par l'Institut Pasteur et l'APHP permettant d'orienter les personnes pensant avoir été exposées au Covid-19. Faites le test en ligne pour répondre en citoyen éclairé selon vos symptômes :

maladiecoronavirus.fr



COMMENT SE LAVER LES MAINS ?

1. L'usage de savon liquide est préférable
2. Savonner pendant **au moins 15 secondes** en frottant paume et dos de la main, doigts et entre- doigts en remontant jusqu'au poignet.
3. Bien sécher avec une serviette jetable



De nombreuses vidéos illustrent ces gestes sur internet.

AI-JE BESOIN DE PORTER UN MASQUE ?

NON LES MASQUES SONT RESERVÉS AUX SOIGNANTS.

Quand vous sortez faire vos courses, vous n'êtes pas en contact rapproché (moins d'un mètre) et prolongé (plus de 15 minutes) d'autres personnes. Le masque est donc totalement inutile et doit être réservé à ceux qui en ont réellement besoin.

Si vous possédez des masques chez vous, ramenez-les dans votre pharmacie, vous sauverez des vies !



PATIENTS ET USAGERS

QUE FAIRE EN CAS D'URGENCE DENTAIRE ?

Une permanence des soins dentaires est organisée à partir du lundi 23 mars dans chaque département pour les cas les plus urgents. Les numéros à joindre :

- Corse du Sud : 04.95.23.43.22 du lundi au samedi de 8h à 12h
- Haute-Corse : 04.95.34.27.79 tous les jours 7j/7 de 8h à 15h



DES QUESTIONS SUR LES MEDICAMENTS ?

La Société Française de Pharmacologie et de Thérapeutique, a mis place un questions-réponses en ligne relative aux médicaments : <https://sfpt-fr.org/covid19-foire-aux-questions>

En cas de doute, téléphonez à votre pharmacien



SITUATIONS PARTICULIERES

JE VIS AVEC UNE PERSONNE A RISQUE DE FORME GRAVE *

JE DOIS :

- Appliquer les mesures barrière de manière renforcée avec **lavage des mains toutes les heures**
- Si j'ai des symptômes, je m'isole et je contacte rapidement mon médecin traitant et dans la mesure du possible, je ne cohabite plus avec la personne à risque.



* PERSONNES A RISQUE DE FORME GRAVE

- Personnes âgées de 70 ans et plus
- Patients présentant une maladie chronique, en particulier les patients avec une maladie respiratoire (y compris asthme), un cancer (notamment ceux qui ont été opérés ou traités par chimiothérapies ces derniers mois) ou un traitement au long cours diminuant les défenses immunitaires (corticoïdes), accident vasculaire cérébral, maladie cardiaque, diabète sous insuline ou avec des complications...
- Les femmes enceintes à partir du troisième trimestre
- Les personnes obèses

JE VIS AVEC UNE PERSONNE MALADE COVID-19

En plus des mesures barrières :

- Je surveille mon état de santé
- Je mets en place à mon domicile des mesures pour éviter au maximum d'être contaminé



Eviter les contacts rapprochés avec la personne malade :

- Conserver une distance de sécurité **de 2 m**
- Si possible dédié une pièce à la personne malade
- Si possible éviter de partager avec la personne malade la même salle de bain et les mêmes toilettes
- Dans le cas où ce n'est pas possible, **nettoyez les sanitaires à l'eau javellisée** selon la dilution 1l javel / 4 litre d'eau



- **Aérez** toutes les pièces du domicile au moins **3 fois/jour**
- **Laver les surfaces** fréquemment touchées tous les jours (poignées etc.).
- **Ne pas passer l'aspirateur.**

