

Ce qu'il faut savoir sur le COVID-19

Coronavirus



Le COVID-19 (*coronavirus disease 2019*) ou maladie du coronavirus 2019, est une maladie respiratoire causée par un nouveau coronavirus pouvant se propager de personne à personne.

On pense que le virus se propage principalement entre personnes qui entrent en contact les unes avec les autres (à une distance d'environ 2 mètres), par l'intermédiaire des gouttelettes respiratoires produites lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue.



Symptômes



Fièvre



Toux



Essoufflement

Les symptômes du COVID-19 comprennent fièvre, toux, essoufflements et difficultés respiratoires. Les symptômes se développent typiquement dans les 2 à 14 jours suivant l'exposition. La plupart des personnes infectées par le COVID-19 éprouveront une maladie modérée n'exigeant pas d'hospitalisation, mais certaines personnes qui sont à risque plus élevé de maladie sévère peuvent développer en outre des complications médicales.

Vous pouvez aider les autres à rester en bonne santé.



Si vous habitez ou visitez une zone où le COVID-19 a été signalé comme étant en cours de propagation, la pratique d'une « distance sociale » peut aider. **La distance sociale est l'augmentation délibérée de l'espace physique entre des personnes** pour éviter la contagion par une maladie (au moins 2 mètres).

Ceci signifie souvent un changement de comportement habituel pendant un certain temps afin d'éviter d'entrer en contact avec le COVID-19 et le communiquer à d'autres éventuellement—par exemple :

- Éviter les groupes importants de personnes
- Ne sortir que si et où cela est nécessaire
- Travailler chez soi autant que possible

De telles mesures peuvent ralentir la propagation du virus au sein des foyers et des communautés, et protéger les individus qui sont à risque plus élevé de maladie sévère, comme les personnes âgées et celles dont le système immunitaire est affaibli.

Restez en sécurité.

Pour vous protéger contre le COVID-19, vous devriez suivre les mêmes étapes de prévention contre les autres maladies telles que la grippe :



Lavez-vous les mains souvent à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes. Si vous ne disposez pas d'eau et de savon, utilisez un désinfectant pour les mains contenant au moins 60 % d'alcool.



Toussez et éternuez contre votre bras ou dans le creux de votre coude – **NON** pas dans vos mains.



Évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche.



Évitez d'approcher les personnes malades.



Restez chez vous si vous êtes malade.

Certaines personnes sont à risque plus élevé pour le COVID-19

Les personnes sont à risque plus élevé pour le COVID-19 si elles habitent des lieux ou ont récemment voyagé dans des régions où la contagion communautaire par le virus a été signalée, OU si elles se sont trouvées en contact étroit avec quelqu'un ayant été diagnostiqué avec le COVID-19.

Les personnes à risque plus élevé de maladie grave causée par le COVID-19 comprennent :

- Les personnes de 60 ans et plus.
- Les personnes souffrant de problèmes de santé sous-jacents, notamment maladie cardiaque, maladie pulmonaire ou diabète.
- Les personnes dont le système immunitaire est affaibli.
- Les femmes enceintes.



Si vous appartenez à l'une de ces catégories, établissez avec votre prestataire de soins de santé un plan pour identifier votre risque sanitaire pour le COVID-19 et la manière de prendre en charge les symptômes. Avertissez votre médecin immédiatement si vous présentez des symptômes.

Sachez quoi faire si vous pensez être malade.

Qu'est-ce que je fais si je me sens malade ?

Si vous vous sentez malade et pensez avoir été exposé(e) au COVID-19, appelez votre prestataire de soins de santé pour discuter de vos symptômes avant de vous déplacer. Votre prestataire de soins de santé déterminera les prochaines mesures à prendre pour vous soigner. Dans l'entretemps, vous devez continuer à suivre la procédure préventive contre la propagation de la maladie et éviter d'entrer en contact avec d'autres personnes.

Si vous n'avez pas de prestataire de soins de santé, appelez votre service de santé publique local pour être mis en contact avec des ressources sanitaires.

- Pour les résidents de Columbus et de Worthington : Columbus Public Health* - (614) 645-1519
- Pour les résidents de Bexley, Canal Winchester, Dublin, Gahanna, Grandview Heights, Grove City, Groveport, Hilliard, New Albany, Pickerington, Reynoldsburg, Upper Arlington et Westerville : Franklin County Public Health - (614) 525-3160

*Veuillez noter : Le Service de santé publique de Columbus ne demande pas aux visiteurs de présenter une preuve de leur citoyenneté.

Comment obtenir d'être testé pour le COVID-19 ?

Seul un prestataire de soins de santé peut évaluer vos symptômes pour le COVID-19 et prescrire un test.

Que dois-je faire si je suis diagnostiqué(e) comme étant infecté(e) par le COVID-19 ?

Votre prestataire de soins de santé vous fournira des informations vous permettant de traiter vos symptômes. Outre le fait de suivre les instructions pour vous soigner, vous devez alors également vous isoler volontairement - n'allez pas à l'école, au travail ni en d'autres lieux où se trouvent des groupes importants de personnes. L'isolement sépare les malades qui sont contagieux des personnes en bonne santé. Pendant ce temps-là, vous devez rester chez vous (dans une chambre séparée et dans l'idéal, avec une toilette séparée) sauf pour obtenir des soins médicaux, vous isoler des autres personnes et des animaux de votre foyer, éviter de partager des articles personnels, surveiller vos symptômes et appeler votre médecin si votre maladie empire ou avant de terminer votre isolement.

Votre famille ou les membres de votre foyer qui n'ont pas de symptômes devraient se mettre volontairement en quarantaine. La quarantaine sépare les personnes qui pensent avoir été exposées à une maladie de celles qui ne l'ont pas été afin d'éviter une contagion possible. Pendant ce temps, les membres de votre famille devraient rester à la maison sauf pour obtenir des soins médicaux, se séparer de vous pendant que vous vous isolez, nettoyer fréquemment toutes les surfaces « touchées par tous », surveiller s'ils détectent des symptômes et consulter un médecin s'ils présentent de la fièvre ou d'autres symptômes respiratoires.

Informez-vous plus. Restez à l'écoute.

S'informer des faits concernant le COVID-19 peut vous aider à demeurer en bonne santé. Pour de plus amples et plus exactes informations, visitez le site :

- www.cdc.gov/coronavirus
- www.coronavirus.ohio.gov
- www.columbus.gov/coronavirus
- <https://covid-19.myfcph.org>



3/20/2020