

## COVID-19, fiche d'informations pour les patients

**Fiche d'informations pour la lutte contre les maladies infectieuses établie par les médecins experts dans le domaine**

### **Pourquoi ai-je reçu cette fiche d'informations ?**

Des tests ont montré que vous avez la COVID-19, une infection causée par le coronavirus SARS-CoV-2.

### **Qu'est-ce que la COVID-19 ?**

La COVID-19 est une infection virale qui entraîne habituellement des symptômes bénins tels qu'un rhume, des maux de gorge, une toux et de la fièvre, mais certaines personnes peuvent tomber gravement malades et développer des problèmes respiratoires nécessitant une hospitalisation. D'autres symptômes peuvent être des douleurs musculaires, des maux de gorge, des maux de tête, de la fatigue, une altération de l'odorat et du goût ainsi que des maux d'estomac associés à une diarrhée.

### **Comment se propage la Covid-19 ?**

La Covid-19 se transmet principalement par contact étroit entre les personnes par le biais de petites et grosses gouttelettes provenant des voies respiratoires. Lorsqu'une personne infectée éternue, tousse, parle ou expire, de petites gouttes se répandent dans l'environnement. L'infection peut pénétrer dans le corps à la fois par inhalation ou par le contact des mains sales avec les yeux ou les muqueuses du nez et de la bouche. Une personne infectée peut en infecter d'autres avant même que les symptômes se manifestent. La période entre la contamination et l'apparition des premiers symptômes (le délai d'incubation) varie de 2 à 14 jours. Le plus souvent, ce délai est de 3 à 4 jours.

### **Combien de temps suis-je contagieux·se ?**

La période pendant laquelle vous êtes contagieux·se peut varier d'une personne à l'autre. Les personnes gravement malades sont généralement contagieuses un peu plus longtemps que celles qui le sont seulement légèrement.

- Vous êtes considéré·e comme contagieux·e au moins 5 jours après avoir montré des symptômes. Si votre état de santé ne s'améliore pas et vous avez encore la fièvre au cours des 2 derniers jours, vous pouvez être contagieux·(se) un peu plus de 5 jours. Si vous ne montrez que des symptômes légers tels qu'une toux et une altération de l'odorat et du goût après 5 jours, vous êtes considéré·e ne plus être contagieux·se. Si vous avez fait un test alors que vous n'aviez aucun symptôme, un délai de 5 jours s'applique à compter de la date du test.
- Si vous êtes **un·e professionnel·le de la santé et que vous n'avez pas reçu au moins trois doses de vaccin**, vous êtes considéré·e comme contagieux·se au moins 7 jours après être tombé·e malade. Si vous avez fait un test alors que vous n'aviez aucun symptôme, un délai de 7 jours s'applique à compter de la date du test.
- Si vous **séjournerez dans un logement spécial pour personnes âgées ou hospitalisées, votre médecin peut vous fournir des informations sur la durée pendant** laquelle vous pouvez être contagieux. Cela vaut également si vous avez une immunodéficience sévère.

### **Que dois-je faire pour protéger les autres contre l'infection ?**

- Il est conseillé de rester à la maison et d'éviter tout contact étroit avec les autres tant que vous êtes contagieux·se.
- Si vous êtes un·e professionnel·le de la santé et des services sociaux, il est recommandé d'en informer votre employeur.

### **Traçage des infections – qu'est-ce que cela signifie ?**

Le traçage des infections doit être effectué dans les services de santé et les services sociaux où des personnes risquent de tomber gravement malades de la COVID-19. Vous êtes donc dans l'obligation de participer au traçage qui consiste à identifier et à informer les personnes susceptibles d'avoir été exposées à l'infection.

### **Que faire si j'ai besoin de soins pour la Covid-19 ou une autre maladie ?**

- Appelez le 1177 si vous avez besoin d'un avis médical. Le personnel vous aidera à évaluer vos symptômes ou à déterminer où vous pouvez obtenir des soins.
- Si vous devez consulter un médecin, il est important d'appeler en premier lieu et de ne pas vous rendre directement au centre de soins et de santé. Cela afin éviter d'infecter les autres au centre de soins et de santé. Vous recevrez des instructions sur ce que vous devez faire.
- Si votre état de santé devient critique, appelez le 112.