

JE SUIS "CAS CONTACT" AU COVID-19 COMMENT RÉAGIR ?

Les autorités sanitaires listent les personnes contact afin de lutter contre la propagation de l'épidémie de COVID-19. Les professionnels qui recueillent les informations sont évidemment soumises au secret professionnel.

QU'EST-CE-QU'UN CAS CONTACT ?

Il s'agit d'une personne qui a été en contact avec une autre testée positive au Covid-19 sans avoir respecté les mesures sanitaires recommandées :

- Personne vivant avec vous
- Contact de moins de 2m (sans notion de durée)
- Personne rencontrée lors d'un échange de soins
- Personne ayant partagé un espace confiné pendant au moins 15 min ou moins s'il y a eu éternuement



COMMENT RÉAGIR ?

Il faut se faire tester dès que l'on prend connaissance de son statut de cas contact. Vous êtes prioritaire sur les listes.



Si le résultat est **NÉGATIF** : surveillez votre santé.
Si le résultat est **POSITIF** : respecter un isolement de 10 jours et surveillez votre santé.

- Il doit durer 10 jours à compter des premiers symptômes (ou du résultat du test si vous êtes asymptomatique).
- Si après cette période une fièvre apparaît, attendez 48h supplémentaires après la disparition de celle-ci pour stopper l'isolement.
- En cas de gêne respiratoire anormale, appelez immédiatement le 15 (114 pour les sourds et malentendants).
- Vous serez contacté par l'Assurance maladie qui propose un suivi aux personnes en isolement

RESPECT DE L'ISOLEMENT

- Surveiller son état de santé
- L'isolement protège les autres mais il faut bien évidemment faire attention à vous :
 - Prenez votre température 2 fois par jour
 - Prenez du paracétamol en cas de fièvre ou de douleurs, (pas d'ibuprofène !)
sans dépasser 3 grammes par jour en 3 prises
 - Poursuivez vos traitements habituels
 - Contactez votre médecin traitant en cas d'évolution des symptômes
 - En cas de gêne respiratoire appelez immédiatement le 15 (114 pour les sourds et malentendants).

TRAITEMENTS MÉDICAMENTEUX

- Le paracétamol contre la douleur légère à modérée
- Les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS)
- Les Coxibs (AINS plus sélectifs) ciblent la douleur et auraient moins d'effets secondaires