

# MALADIE À CORONAVIRUS (COVID-19)

## COMMENT PRENDRE SOIN D'UNE PERSONNE ATTEINTE DU COVID-19 À LA MAISON : CONSEILS AUX SOIGNANTS



Si vous prenez soin d'une personne ayant reçu un diagnostic de COVID 19, suivez les conseils ci dessous pour vous protéger vous même ainsi que les autres membres de votre ménage et de votre collectivité.

### Limitez vos contacts

- ▶ Une seule personne en bonne santé devrait prodiguer les soins.
- ▶ N'utilisez pas les mêmes articles personnels que la personne malade (p. ex. brosses à dents, serviettes, draps de lit, ustensiles, appareils électroniques).
- ▶ Dans la mesure du possible, n'utilisez pas la même salle de bains que la personne malade. Si ce n'est pas possible, la personne malade devrait fermer le couvercle de la toilette avant de tirer la chasse d'eau.

### Protégez-vous

- ▶ Dans la mesure du possible, les personnes qui présentent un risque accru de maladie grave liée au COVID-19 ne devraient pas prendre soin de personnes atteintes du COVID-19. Les personnes à risque accru comprennent les personnes âgées, les personnes atteintes de maladies chroniques (p. ex. problème cardiaque, diabète) et les personnes atteintes d'un déficit immunitaire.
- ▶ Si vous devez être à moins de 2 mètres de la personne malade, portez un masque, des gants jetables et une **protection oculaire**.
- ▶ Enfilez des gants jetables avant de toucher la personne malade, son environnement et des articles et des surfaces souillés.
- ▶ Ne réutilisez pas les masques ou les gants.
- ▶ Lavez vos mains souvent pendant au moins 20 secondes, particulièrement après avoir été en contact avec la personne malade et après avoir enlevé vos gants, votre masque et votre protection oculaire.
- ▶ Séchez vos mains avec des essuie-tout jetables. Si vous n'en avez pas, utilisez une serviette réutilisable et remplacez-la lorsqu'elle devient mouillée.
- ▶ Vous pouvez aussi enlever la poussière avec un linge humide, puis utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool.
- ▶ Lavez-vous les mains avant de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche.

### Gardez votre environnement propre

- ▶ Placez les masques et les gants déjà portés et les autres articles contaminés dans un contenant à déchets doublé de plastique, scellez hermétiquement le contenu et jetez-le avec les autres déchets ménagers.
- ▶ Placez les vêtements potentiellement contaminés dans un contenant à lessive doublé de plastique et évitez de l'agiter. Lavez les vêtements à l'eau chaude (60 à 90 °C) avec du savon à lessive ordinaire et séchez-les bien. Le linge et les vêtements appartenant à la personne malade peuvent être lavés avec le reste de la lessive.
- ▶ Au moins une fois par jour, utilisez des désinfectants ménagers ou de l'eau de Javel diluée (1 partie d'eau de Javel dans 9 parties d'eau) pour nettoyer et désinfecter les surfaces que les gens touchent couramment (p. ex. toilettes, contenants à lessive, tables de chevet, poignées de porte, téléphones, télécommandes). Nettoyez les écrans tactiles avec des tampons imbibés d'alcool à 70 %.

### Examinez-vous pour déceler les symptômes

- ▶ Si vous avez toujours suivi les précautions recommandées, vérifiez si vous présentez des symptômes pendant les 14 jours suivant votre dernier contact avec la personne malade.
- ▶ Si vous avez été en contact direct avec des liquides organiques de la personne malade (p. ex. avec des projections de toux et d'éternuements alors que vous ne portiez pas un masque), communiquez avec votre **autorité de santé publique** locale pour obtenir des instructions supplémentaires.
- ▶ Si vous présentez des symptômes, isolez vous le plus rapidement possible et communiquez avec votre **autorité de santé publique** locale pour obtenir des instructions supplémentaires.



## Assurez-vous de disposer des produits suivants

- Masques chirurgicaux ou opératoires (à ne pas réutiliser)
- Protection oculaire
- Gants jetables (à ne pas réutiliser)
- Essuie-tout jetables
- Papiers-mouchoirs
- Contenant à déchets doublé de plastique
- Thermomètre
- Médicaments en vente libre pour réduire la fièvre (p. ex. ibuprofène, acétaminophène)
- Eau courante
- Savon à mains
- Désinfectant pour les mains contenant au moins 60 % d'alcool
- Savon à vaisselle
- Détergent à lessive ordinaire
- Produits d'entretien ménager ordinaires
- Eau de Javel (hypochlorite de sodium à 5 %) et contenant distinct pour la dilution (1 partie d'eau de Javel dans 9 parties d'eau)
- Tampons imbibés d'alcool



**NOUS AVONS TOUS NOTRE PART À FAIRE POUR PRÉVENIR LA PROPAGATION DU COVID-19. POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS, VEUILLEZ CONSULTER LE SITE**

**Canada.ca/le-coronavirus**  
ou communiquez avec nous  
**1-833-784-4397 |**  
**phac.info.aspc@canada.ca**

