

# INFORMATIONS COVID 2019



L'épidémie à Coronavirus COVID-19 a débuté en décembre dernier dans la ville de Wuhan en Chine Centrale. Depuis maintenant 3 mois, **ce virus s'est propagé créant une nouvelle épidémie.**

**Les autorités de santé internationales mettent tout en œuvre pour la contenir.**

**Ramsay Santé fait le point et vous transmet toutes les informations justes et nécessaires.**

## Que faire si je reviens d'une zone à risque ?

Si vous revenez de Chine ou d'une zone où circule activement le virus (Singapour, Corée du Sud, Iran, régions de Lombardie et de Vénétie en Italie), il est important de **surveiller votre température 2 fois par jour, de porter un masque chirurgical** en présence de votre entourage et en dehors de votre domicile. **Lavez-vous les mains** régulièrement et **réduisez vos activités dans les lieux à forte fréquentation** (cinéma, restaurant, soirées...).

## Ce qui doit vous alerter

Les symptômes décrits ressemblent **aux symptômes d'une infection respiratoire fébrile** : fièvre, toux, essoufflement, difficultés respiratoires, sensation d'oppression et/ou douleurs thoraciques. Sachez qu'il peut se passer **14 jours avant d'observer les premiers symptômes du Coronavirus**, veuillez donc à **rester particulièrement vigilant** si vous revenez d'une zone à risque.

Il est à noter que les personnes présentant des pathologies chroniques (diabète, hypertension artérielle...) présentent **un risque plus élevé**. Il en est de même pour les personnes fragiles telles que les jeunes enfants, les personnes âgées, les personnes présentant des déficiences immunitaires...

## Que faire si j'observe des symptômes ?

**Les recommandations sont de ne pas se rendre ni chez votre médecin traitant, ni aux urgences pour éviter toute potentielle contamination.**

**Vous devez contacter le SAMU (15)** en signalant votre voyage si vous revenez d'une zone à risque et que vous observez des symptômes, évitez tout contact avec votre entourage et portez un masque.

## Rappel des gestes de prévention pour limiter la propagation des virus

En hiver pour éviter les virus **quelques bons gestes doivent être adoptés**. Pensez à vous **laver régulièrement les mains** avec de l'eau et du savon au moins 30 secondes en pensant à bien frotter vos ongles, vos doigts, vos poignets, l'intérieur et l'extérieur de vos mains. Séchez vos mains à l'aide d'une serviette propre ou à l'air libre. Vous pouvez également utiliser un gel hydro-alcoolique entre deux lavages de mains.

Pensez également à **éternuer ou tousser dans le pli de votre coude, utilisez des mouchoirs à usage unique et portez un masque lorsque vous êtes malade**. Il doit être changé toutes les 3 heures pour le masque chirurgical et peut s'étendre jusqu'à 8 heures pour le masque filtrant FFP2. Si vous sentez que votre masque est humide, changez-le sans attendre.

Pour toute autre question sur le Coronavirus, vous pouvez appeler le **0800 130 000** (appel gratuit depuis un poste fixe 7 jours sur 7, 24 heures sur 24)