

INSTRUCTIONS AUX PATIENTS CONCERNANT LE COVID-19 POUR L'AUTO-ISOLATION EN ATTENTE DES RÉSULTATS DU LABORATOIRE

CONTEXTE

COVID-19 est un nouveau virus qui provoque une maladie respiratoire. Les experts de la santé sont toujours en train d'apprendre la maladie causée par ce nouveau virus. Les personnes infectées ont eu une maladie allant de légère (comme un rhume) à grave nécessitant une hospitalisation. Des décès dus au COVID-19 sont également survenus principalement chez des personnes âgées et des personnes souffrant de problèmes de santé sous-jacents.

On pense que le virus se propage principalement d'une personne à l'autre:

- Entre des personnes qui sont en contact étroit les unes avec les autres (à environ 1,80 mètre) par des gouttelettes respiratoires produites lorsqu'une personne tousse ou éternue. Ces gouttelettes peuvent atterrir dans la bouche ou le nez des personnes qui se trouvent à proximité ou éventuellement être inhalées dans les poumons.
- Contact personnel étroit, tel que toucher ou serrer la main.
- Toucher un objet ou une surface contenant le virus, puis toucher votre bouche, votre nez ou vos yeux.

Si vous développez des symptômes, vos professionnels de la santé peuvent demander un test. Vos résultats vous seront fournis par votre fournisseur de soins de santé entre un et sept jours après le test. Ce temps peut prendre plus de temps en fonction du volume de test et du laboratoire effectuant les tests.

QUE DOIS-JE FAIRE EN ATTENDANT MON RÉSULTAT?

- Auto-isolez-vous chez vous.
- Si vous vivez avec d'autres personnes, isolez-vous dans une chambre privée et utilisez une salle de bain privée si possible.
- Faites une liste des contacts étroits que vous avez eus entre deux jours avant de tomber malade et jusqu'à ce que vous commenciez l'isolement. Les contacts étroits sont des personnes qui sont à moins de 6 pieds de vous depuis 15 minutes ou plus. Un contact étroit peut également être une personne avec laquelle vous avez eu un contact extrêmement étroit (face à face) même si vous avez moins de 15 minutes ou si vous avez passé du temps avec une personne pendant que vous étiez malade.
- Interagissez le moins possible avec les autres.
- Portez un masque si vous devez être entouré d'autres personnes.
- Si vous développez des symptômes supplémentaires ou si vos symptômes s'aggravent, contactez votre professionnel de la santé pour obtenir des instructions.

QUE DOIS-JE FAIRE SI JE TESTE POSITIF?

- Informez vos contacts proches et faites-leur savoir qu'ils doivent se mettre en quarantaine chez eux pendant 10 jours. Cela inclut les membres de votre famille. Les membres de la famille qui ne peuvent pas se séparer de vous devront être mis en quarantaine pendant 10 jours après la fin de votre période infectieuse, **qui peut être au moins 24 jours après l'identification du cas**. Vous, le cas, êtes contagieux pendant 10 jours après l'apparition des symptômes (ou la date du test si asymptomatique), et les contacts familiaux doivent être mis en quarantaine pendant 10 jours après la dernière exposition connue au cas infectieux. Lorsque vous ne pouvez pas vous séparer complètement de vos contacts familiaux, leur quarantaine de 10 jours commence à la fin de votre période infectieuse de 10 jours.
- Gardez un téléphone à proximité afin que vous puissiez répondre à l'appel et participer pleinement à votre enquête confidentielle pour la recherche des contacts.
- Si vous présentez des symptômes, auto-isolez-vous chez vous jusqu'à ce que chacune des conditions suivantes soit remplie:
 1. Cela fait au moins dix jours que vos symptômes sont apparus pour la première fois **ET**

2. Cela fait au moins un jour que vous n'avez pas eu de fièvre (sans utiliser de médicaments pour réduire la fièvre) et vos symptômes respiratoires s'améliorent (par exemple, toux, essoufflement).
- Si votre test est positif et que vous ne développez pas de symptômes, auto-isolez-vous dans votre maison jusqu'à ce qu'il y ait au moins dix jours depuis le jour où votre échantillon a été prélevé.
 - Après avoir consulté des experts en contrôle des infections, certaines personnes atteintes d'une maladie grave peuvent avoir besoin de s'isoler jusqu'à 20 jours après l'apparition des symptômes..
 - Si vos symptômes s'aggravent ou si vous devez être hospitalisé, informez immédiatement votre professionnel de la santé.
 - Si vous n'avez pas besoin d'hospitalisation, continuez à vous isoler à la maison.

QUE DOIS-JE FAIRE SI MON TEST EST NÉGATIF?

- Si vous avez eu **une exposition connue** à un cas confirmé, continuez la quarantaine jusqu'à 10 jours après votre exposition..
- Si vous avez été testé mais **n'avez pas été exposé** à un cas confirmé et que vous ne présentez aucun symptôme, vous pouvez arrêter votre auto-quarantaine.
- Si vous avez été testé mais **n'avez pas été exposé** à un cas confirmé et que vous êtes symptomatique, vous pouvez avoir un autre pathogène respiratoire qui circule dans la communauté. Évitez les environnements de travail et de groupe jusqu'à trois jours après le dernier jour de vos symptômes respiratoires et de votre fièvre.

RESSOURCES POUR PLUS D'INFORMATIONS

Pour plus d'informations, visitez <https://www.health.pa.gov/topics/disease/Pages/Coronavirus.aspx>

Les dernières informations sur le coronavirus aux États-Unis et dans le monde peuvent être trouvées sur le [site Web du CDC](#) De l'aide est disponible, contactez la Crisis Text Line en envoyant **PA** à **741-741**.