

MALADIE À CORONAVIRUS (COVID-19) : COMMENT PRENDRE SOIN D'UNE PERSONNE ATTEINTE DE LA 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, literie, 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

- ▶ Si possible, les personnes qui sont susceptibles de tomber gravement malades si elles contractent la COVID-19 ne devraient pas prendre soin d'une personne qui en est atteinte.
 - Il s'agit des personnes âgées, des personnes atteintes de problèmes de santé chroniques (p. ex. maladie cardiaque, diabète) ou des personnes dont le système immunitaire est affaibli.
- ▶ 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 saleté 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 bien 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, nettoyez et désinfectez les surfaces fréquemment touchées, comme les toilettes, les contenants à lessive, les tables de chevet, les poignées de porte, les téléphones et les télécommandes de télévision.
- ▶ Utilisez uniquement des désinfectants pour surfaces dures qui ont déjà reçu un numéro d'identification de médicament (DIN). Ce numéro de huit chiffres est attribué par Santé Canada et il confirme que le produit désinfectant est approuvé et sécuritaire pour un usage au Canada.



- ▶ Les appareils électroniques fréquemment touchés (p. ex. claviers d'ordinateurs, écrans tactiles) peuvent être désinfectés avec de l'alcool à 70 % (p. ex. lingettes imprégnées d'alcool) au moins une fois par jour.
- ▶ Si vous n'avez pas de désinfectant pour surfaces dures approuvé, vous pouvez utiliser une solution d'eau de Javel diluée. Pour préparer cette solution, suivez les instructions sur l'étiquette du produit ou utilisez les proportions suivantes :
 - 5 ml d'eau de Javel (5 %) pour 250 ml d'eau OU 20 ml d'eau de Javel (5 %) pour un litre d'eau

Surveillez l'apparition de symptômes

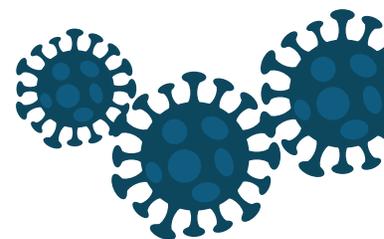
- ▶ Si vous avez toujours suivi les précautions recommandées, surveillez l'apparition de symptômes pendant les 14 jours suivant votre dernier contact avec la personne malade.
- ▶ Si vous avez été en contact direct avec des liquides organiques de la personne malade (p. ex. avec des projections de toux 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 des symptômes apparaissent, isolez-vous le plus rapidement possible et communiquez avec votre **autorité de santé publique** locale pour obtenir des instructions supplémentaires.

Assurez-vous d'avoir les produits suivants

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Masques (ne pas réutiliser) <input type="checkbox"/> Protection oculaire (écran facial ou lunettes de sécurité) réservée à l'usage du soignant <input type="checkbox"/> Gants jetables (ne pas réutiliser) réservés à l'usage du soignant <input type="checkbox"/> Essuie-tout jetables <input type="checkbox"/> Mouchoirs en papier <input type="checkbox"/> Contenant à déchets doublé de plastique <input type="checkbox"/> Thermomètre <input type="checkbox"/> Médicaments en vente libre pour réduire la fièvre (p. ex. ibuprofène, acétaminophène) <input type="checkbox"/> Eau courante | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Savon pour les mains <input type="checkbox"/> Désinfectant pour les mains contenant au moins 60 % d'alcool <input type="checkbox"/> Savon à vaisselle <input type="checkbox"/> Savon à lessive ordinaire <input type="checkbox"/> Produit combinant un nettoyeur et un désinfectant <input type="checkbox"/> Désinfectant pour les surfaces dures ou, si vous n'en avez pas, de l'eau de Javel concentrée (5 %) et un récipient distinct pour la dilution <input type="checkbox"/> Lingettes imprégnées d'alcool |
|--|---|



NOUS POUVONS TOUS CONTRIBUER À PRÉVENIR LA PROPAGATION DE LA COVID-19. POUR OBTENIR D'AUTRES RENSEIGNEMENTS SUR LE CORONAVIRUS :



Canada.ca/le-coronavirus ou communiquez avec nous **1-833-784-4397**