

GESTION DU COVID-19

1-Qu'est ce qu'un virus ?

Les micro organismes (=microbes) sont pour la plupart utiles à l'organisme mais d'autres sont dangereux (pathogènes) pour la santé. Il en existe 3 catégories : les bactéries, les virus et les champignons.

Les virus sont les plus petits. Certains sont pathogènes. Ils ne peuvent pas vivre de façon autonome : ils ont besoin de parasiter une cellule pour survivre et se reproduire. Une fois à l'intérieur de la cellule (cellule hôte), ils se reproduisent rapidement et détruisent la cellule hôte. Ainsi libérés, ils vont pouvoir parasiter d'autres cellules.

Le Covid-19 est un virus.

Depuis le 11 mars 2020, l'OMS qualifie la situation mondiale du COVID-19 de pandémie ; c'est-à-dire que l'épidémie est désormais mondiale.

Les coronavirus sont une famille de virus qui provoquent des maladies allant d'un simple rhume (certains virus saisonniers sont des coronavirus) à des pathologies plus sévères (comme les détresses respiratoires).

Le COVID-19 est dangereux pour les raisons suivantes :

- **il est très contagieux** : chaque personne infectée va contaminer au moins 3 personnes en l'absence de mesures de protection
- **Il est contagieux avant d'être symptomatique**, c'est à dire qu'une personne contaminée mais qui ne ressent pas encore de symptômes peut contaminer d'autres personnes.

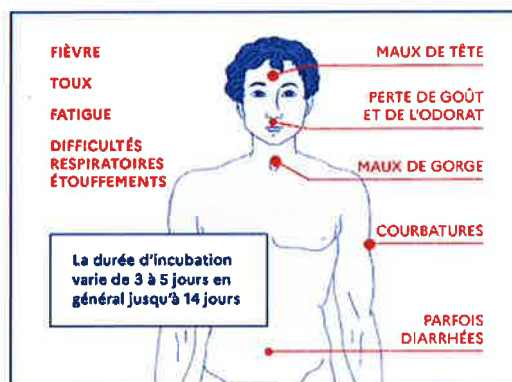
2-Le COVID-19 : symptômes et transmission

Le Covid-19 peut se manifester par :

- la fièvre ou la sensation de fièvre (frissons, chaud-froid)
- la toux, maux de gorge
- des maux de tête, courbatures
- une fatigue inhabituelle

Chez certains malades, on peut retrouver une perte brutale de l'odorat (sans obstruction nasale), une disparition totale du goût et/ou une diarrhée

Dans les formes plus graves : les patients souffrent de difficultés respiratoires pouvant mener jusqu'à une hospitalisation en réanimation voire au décès.



Le délai d'incubation (période entre la contamination et l'apparition des premiers symptômes) du COVID-19 est **de 3 à 5 jours en général, mais peut s'étendre jusqu'à 14 jours**. Pendant cette période, le sujet est peut être contagieux sans le savoir.

La maladie se transmet par ce qu'on appelle **les gouttelettes** : il s'agit de sécrétions invisibles qui sont projetées lors d'une discussion, d'éternuements ou en toussant. Les postillons correspondent aux gouttelettes visibles, mais la plupart des gouttelettes ne le sont pas.

La maladie se transmet :

- **par projection de gouttelettes** contaminées par une personne porteuse : en toussant, éternuant ou en cas de contacts étroits en l'absence de mesures de protection (distance physique, mesures barrières, port du masque). Les gouttelettes contaminées sont inhalées par la personne saine et déclenchent la maladie

- **par contact direct physique** (poignée de main, accolade, bise...) entre une personne porteuse et une personne saine. Le virus est ensuite transmis à la personne saine quand elle porte ses mains à la bouche ou au nez.
- **par contact indirect**, via des objets ou surfaces contaminées par une personne porteuse. Le virus est ensuite transmis à une personne saine qui manipule ces objets, quand elle porte ses mains à la bouche ou au nez.

3-Le dépistage et traitement

Dépistage :

2 grands types de tests :

- **Tests diagnostiques virologiques** : pour savoir si une personne **est actuellement infectée**. Ils se pratiquent avec un écouvillonnage naso-pharyngé effectué par un professionnel de santé. Cette méthode apparaît fiable et l'objectif est de casser la chaîne de transmission du virus en détectant les personnes contaminées.
- **Tests sérologiques** : pour savoir si une personne **a été en contact avec le virus**. Elle se pratique par un prélèvement sanguin. Trop d'incertitudes sur la fiabilité des tests et l'immunité font que ces tests ne sont pas recommandés pour le dépistage du Covid-19

Traitement : Les patients infectés par le COVID-19 bénéficient aujourd'hui de traitements symptomatiques, c'est-à-dire visant à soulager les symptômes.

Il n'existe pas encore de traitement spécifique efficace, d'où l'importance de freiner sa propagation par les gestes mesures barrières et les mesures de distanciation physique.

Dans le cas d'une infection au COVID-19, **seul le paracétamol est recommandé**.

L'auto-médication par anti-inflammatoires doit être proscrite : ils peuvent être un facteur d'aggravation de l'infection. Si vous êtes déjà sous anti-inflammatoires ou en cas de doute, **demandez conseil à votre médecin**.

Il n'existe pas de vaccin contre le COVID-19 pour le moment. De nombreux laboratoires français et internationaux recherchent un vaccin mais dans tous les cas, aucun vaccin ne devrait pas être disponible avant plusieurs mois.

4-Coronavirus : qui sont les personnes à risque ?

Personnes fragiles : On considère que les personnes à risque de développer une forme grave d'infection à SARS-CoV-2 sont les suivantes :

- les personnes âgées de 70 ans et plus
- les patients aux antécédents cardiovasculaires (hypertension artérielle compliquée, antécédents d'accident vasculaire cérébral ou de coronaropathie, chirurgie cardiaque, insuffisance cardiaque)
- les diabétiques insulino-dépendants non équilibrés ou présentant des complications secondaires à leur pathologie
- les personnes présentant une pathologie chronique respiratoire susceptible de décompenser lors d'une infection virale
- les patients présentant une insuffisance rénale chronique dialysée
- les malades atteints de cancer sous traitement
- les personnes avec une immunodépression congénitale ou acquise (certaines pathologies, certains traitements, personnes atteintes de VIH, antécédents de greffes, etc.)
- les malades atteints de cirrhose
- les personnes présentant une obésité morbide (indice de masse corporelle > 40 kg/m²)
- les femmes enceintes à partir du troisième trimestre de la grossesse

Covid-19 et allergies : Être allergique n'est pas un facteur de risque : les symptômes secondaires à des allergies respiratoires peuvent ressembler au COVID-19 (la toux et les difficultés respiratoires lors des crises d'asthme). Cependant, **on ne trouve ni fièvre, ni courbatures dans les allergies**.

Si vous êtes allergique aux pollens, vous pouvez continuer à prendre vos traitements habituels (inhalateurs, comprimés). Il n'existe pas de risque associé aux traitements antiallergiques, y compris les corticoïdes qui sont prescrits à faible dose dans le cadre des allergies.

Maladie de Kawasaki : Le virus touche toutes les classes d'âges, y compris les plus jeunes, chez qui on constate aussi des complications ou des formes graves.

La maladie de Kawasaki est une maladie inflammatoire connue, qui se développe chez l'enfant. Les symptômes sont une fièvre élevée (supérieure à 39,5°C, non réduite par le paracétamol) associée à d'autres signes cliniques : conjonctivite, atteinte buccopharyngée (inflammation de la bouche et de la gorge), éruption cutanée, atteinte des extrémités, adénopathies cervicales (=ganglions dans le cou).

C'est une pathologie rare, possiblement grave, mais pour laquelle on dispose de traitements. Avec une bonne prise en charge, la guérison est la plupart du temps totale en 2 mois.

Son déclenchement pourrait être favorisé par une infection virale. La maladie de Kawasaki ne semble donc pas être une autre présentation du Covid-19 mais il est plausible que des enfants, suite au contact avec le Covid-19, développent la maladie, comme c'est le cas pour les autres infections virales.

5-LIMITER LA CONTAGION

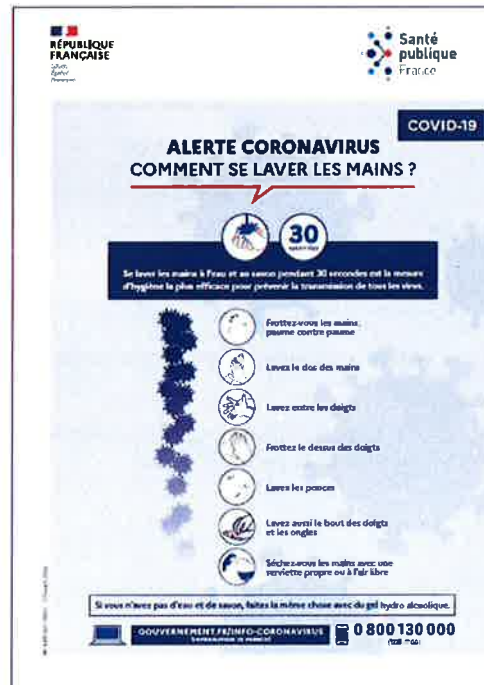
Les gestes barrières

- Lavez-vous les mains très régulièrement (avec de l'eau et du savon, ou du gel hydro-alcoolique)
- Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir et jetez-le
- Restez toujours à plus d'un mètre les uns des autres
- Saluez sans vous serrer la main, arrêtez les embrassades
- Evitez de vous toucher le visage en particulier le nez et la bouche
- Portez un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée



Se laver les mains toutes les 2h et à chaque fois que les mains ont été souillées

A visionner : <https://www.youtube.com/watch?v=d0DJebQdvMc>



Distanciation sociale

Pour tenir la maladie à distance,
restez toujours à plus d'un mètre
les uns des autres



Vous avez des questions
sur le coronavirus ?

GOVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS

0 800 130 000
(appel gratuit)

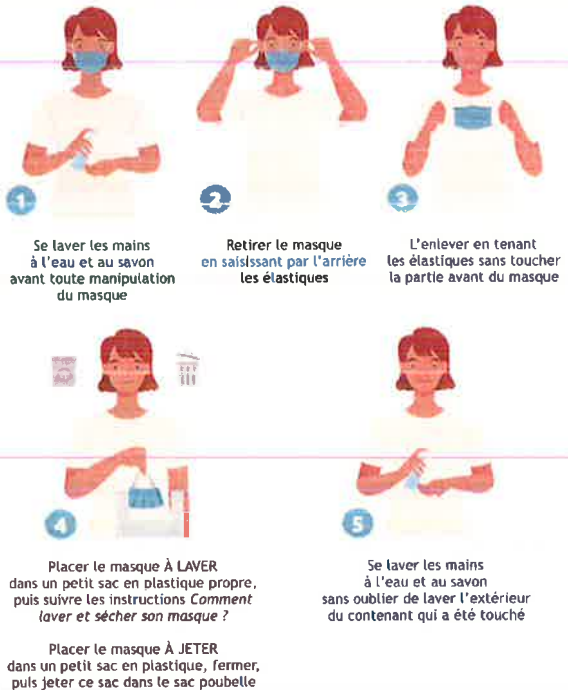
Le port du masque « grand public » :

LE PORT DU MASQUE EST OBLIGATOIRE DANS TOUTES LES ZONES DE L'EPL, A TOUT MOMENT DE LA JOURNÉE.

Enlever le masque usagé en retirant les lanières derrière les oreilles sans toucher la partie extérieure. Le jeter aussitôt.

Si il s'agit d'un **masque lavable**, placer le masque souillé dans une **pochette imperméable réservée à ce seul usage**.

Changer de masque **toutes les 4h** et à chaque fois qu'il a été **souillé ou mouillé**.



1 Se laver les mains à l'eau et au savon avant toute manipulation du masque

2 Retirer le masque en saisissant par l'arrière les élastiques

3 L'enlever en tenant les élastiques sans toucher la partie avant du masque

4 Placer le masque À LAVER dans un petit sac en plastique propre, puis suivre les instructions *Comment laver et sécher son masque ?*

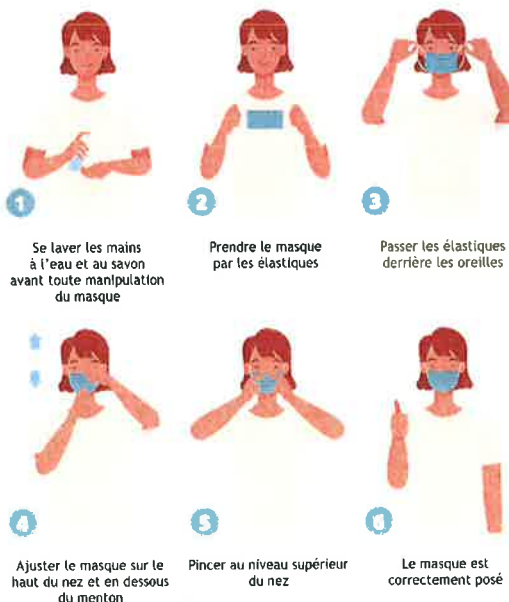
5 Se laver les mains à l'eau et au savon sans oublier de laver l'extérieur du contenant qui a été touché

Placer le masque À JETER dans un petit sac en plastique, fermer, puis jeter ce sac dans le sac poubelle

EN CAS DE DÉTECTION DE TOUT DOMMAGE DU MASQUE À LAVER (MOINDRE AJUSTEMENT, DÉFORMATION, USURE, ETC.) IL DOIT ÊTRE JETÉ !

LAVER SYSTÉMATIQUEMENT LE MASQUE AVANT UTILISATION

VOUS REPORTER AUX INSTRUCTIONS « COMMENT LAVÉ ET SÉCHER SON MASQUE ? »



1 Se laver les mains à l'eau et au savon avant toute manipulation du masque

2 Prendre le masque par les élastiques

3 Passer les élastiques derrière les oreilles

4 Ajuster le masque sur le haut du nez et en dessous du menton

5 Pincer au niveau supérieur du nez

6 Le masque est correctement posé

Après avoir retiré votre masque usagé, **lavez-vous les mains** et placez le masque propre.

S'il s'agit d'un masque jetable, mettre la partie colorée vers l'extérieur et la zone rigide (métallique) vers le haut.

Le port de gants jetables : Le fait de se laver les mains régulièrement protège mieux contre la COVID-19 que le port de gants en caoutchouc. Le port de gants entraîne souvent une attention moindre quant aux gestes barrières et les gants peuvent servir

de support au virus après souillage par des gouttelettes (les sécrétions respiratoires). Les virus qui se trouvent ainsi sur les gants risquent de vous contaminer si vous vous touchez le visage.

En cas de port de gants :

- Se laver les mains (ou friction au gel hydro-alcoolique) avant d'enfiler des gants propres
- Ne pas se porter les mains gantées au visage
- Ôter ses gants en faisant attention de ne pas toucher sa peau avec la partie extérieure du gant
- Jeter ses gants dans une poubelle après chaque utilisation
- Se laver les mains ou réaliser une friction hydro-alcoolique après avoir ôté ses gants et avant de remettre des gants propres



Sur votre lieu de travail/stage :

-Évitez la transmission de support entre les individus : privilégiez le matériel et outillage individuel. L'outillage et le matériel partagé devront être nettoyés (avec produit désinfectant) à chaque transmission d'un individu à l'autre et lors de la prise et la fin de journée de travail

-Pour se passer des charges, pratiquez la pose et dépose pour éviter le passage direct entre les opérateurs

-Limitez les rotations de poste et favorisez les tâches réalisables de manière individuelle

-Quand le travail à plusieurs sur une tâche est nécessaire, constituez des binômes ou trinômes qui ne changeront pas. Privilégiez le travail en côte à côte plutôt que face à face. Si cela n'est pas possible, respectez la distanciation entre les personnes ou portez un masque

-Lavez-vous les mains (ou friction au gel hydro-alcoolique) à chaque fois que vous ôtez un EPI (gants, lunettes, combinaison, casque, etc.). Pour rappel : les EPI sont des **équipements INDIVIDUELS**, en aucun cas vous ne devez les partager (prêts de casque, gants, etc.)

-Limitez l'accès aux personnes extérieures ou non indispensables

-La prise de repas au sein de l'entreprise : prévoyez des repas froids supportant les températures ambiantes, pas de dépose collective dans les réfrigérateurs.

Si vous présentez un des signes du Covid-19 :

Avant d'arriver sur l'établissement : restez chez vous. Prévenez votre responsable hiérarchique ou l'infirmier et la vie scolaire. Consultez votre médecin qui décidera de la reprise ou non du travail

Dans la journée : Présentez-vous à la vie scolaire. Cette dernière préviendra l'infirmier afin de vous recevoir dans les meilleures conditions de soin.

En cas de test Covid-19 positif, prévenez l'établissement et respectez rigoureusement les consignes formulées par votre médecin. (isolement de 14 jours).

