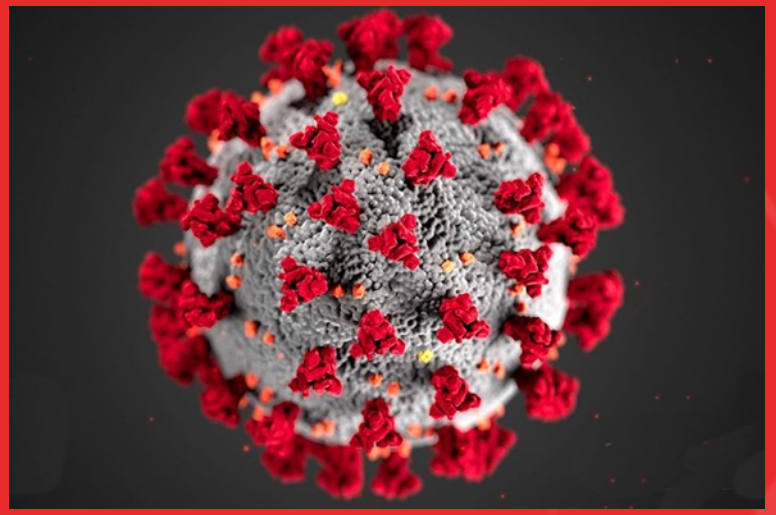


CORONAVIRUS

Ce que vous devez savoir

La pandémie de COVID 19 est en cours.
L'information présentée est mise à jour à la date du 23 mars 2020.
ITPC actualisera le contenu pour être en phase avec les nouvelles directives.

Pour obtenir nos derniers outils et ressources, visitez http://itpcglobal.org/resources

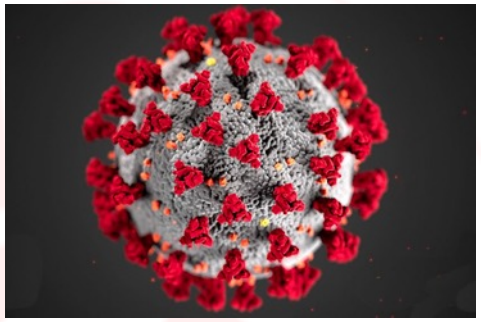
Plan

- Qu'est-ce que le coronavirus?
- Qui est à risque du COVID-19?
- Transmission: comment se propage le COVID-19?
- Comment prévenir le COVID-19
- Que se passe-t-il si vous contractez le COVID-19?
- COVID-19 et personnes vivant avec VIH
- COVID-19 et tuberculose (TB)
- Essais
- Traitement
- Points à retenir et Ressources

Qu'est-ce le Coronavirus?

Qu'est-ce que le coronavirus?

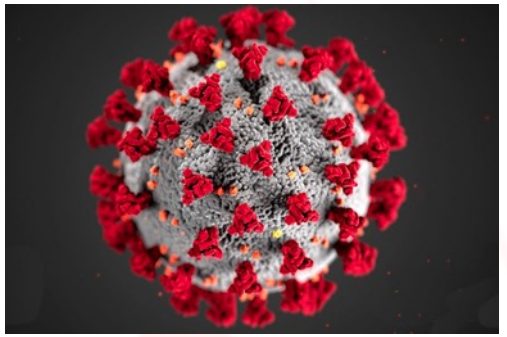
- Les coronavirus font partie d'une grande famille de virus chez les animaux et les personnes, y compris ceux qui causent le rhume et d'autres infections respiratoires.



- Le nom corona fait référence à une couronne parce que ces virus ont des épis tels des couronnes à leur surface.

Qu'est-ce que le coronavirus?

- La maladie causée par le coronavirus est appelée COVID-19
  - *Le 7 janvier 2020, le coronavirus 2 du syndrome respiratoire aigu sévère (SRAS-Cov-2) a été confirmé comme agent causal de la maladie coronavirus de 2019 (COVID-19).*
  - *Le terme « COVID-19 » est une courte façon de dire « Coronavirus Disease 2019. »*
  - *Le COVID-19 aurait commencé à Wuhan, en Chine, en décembre 2019.*



Qu'est-ce qui en fait un « nouveau » coronavirus?

- Parfois, les coronavirus qui infectent les animaux évoluent et rendent les gens malades. Il s'agit d'un nouveau coronavirus.
- Le nouveau coronavirus de 2019 **a été transféré de l'animal à l'Homme** (ce qu'on appelle la transmission zoonotique). Elle se propage maintenant directement de personne à personne dans la plupart des pays du monde.
- Voici des exemples de coronavirus antérieurs :
  - *Coronavirus du syndrome respiratoire du Moyen-Orient (MERS-Cov), signalé pour la première fois en Arabie saoudite en 2012.*
  - *Coronavirus du syndrome respiratoire aigu sévère (SRAS-Cov), reconnu pour la première fois en Chine en 2002.*
- Les premières personnes qui ont contracté le COVID-19 étaient des travailleurs d'un marché de fruits de mer, de volaille et de faune sauvage (appelé Huanan Seafood Wholesale Market) dans le district de Jianghan, dans la province de Hubei, en Chine.

Qui est à risque ?

Qui est à risque du COVID-19?

- Tout le monde! … c'est pourquoi la prévention est importante!
- Les adultes plus âgés (âgés de plus de 60 ans et les personnes ayant des problèmes de santé préexistants présentent un risque élevé de maladie grave ou de décès attribuable au COVID-19)
- Personnes ayant récemment voyagé dans des pays où le COVID-19 est courant (comme la Chine, l'Italie, l'Iran, la Corée du Sud, l'Allemagne et les États-Unis).
- Les personnes qui ont été en contact étroit avec une personne qui a le COVID-19.
- Les travailleurs de santé qui n'ont pas accès à des masques, à des gants et à des blouses, ils courent un risque de manière héroique en prenant soin d'autrui.

La transmission du COVID-19

Comment se propage le coronavirus?

Le coronavirus se transmet par de minuscules gouttelettes qui se propagent dans l'air lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue.

Ces gouttelettes peuvent également atterrir sur des surfaces autour de la personne atteinte du COVID-19.

Comment se propage le coronavirus?

- Le coronavirus se transmet d'une personne à l'autre lorsque les gens inhalent ces petites gouttelettes, ou lorsque les gens touchent quelque chose qui contient des gouttelettes de coronavirus, puis se touchent les yeux, le nez ou la bouche.

Comment se propage le coronavirus?

- Le coronavirus se trouve également dans les fèces (caca).

- Lavez-vous soigneusement les mains avec du savon et de l'eau (pendant au moins 20 secondes) ou un désinfectant pour les mains après avoir utilisé les toilettes.

Prévention du COVID-19

Comment prévenir le COVID-19

- **Lavez-vous souvent les mains** — et minutieusement— avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes.
  - Bonne technique de lavage des mains.
  - *Faites-le lorsque vous entrez dans votre maison, après avoir utilisé les toilettes et après avoir touché tout objet ou surface utilisé par de nombreuses personnes. C'est le moyen le plus efficace de vous protéger.*
  - *Vous pouvez également utiliser un désinfectant pour les mains, s'il contient au moins 70% d'alcool.*
- **Ne touchez pas votre visage** sauf si vous venez de vous laver les mains minitieusement.
- **Essuyez les surfaces** qui sont souvent touchées (poignées des porte, robinets, toilettes, téléphones) avec du désinfectant au moins une fois par jour.

Comment prévenir le COVID-19

« L'auto-isolement est beaucoup plus important que les tests. »

—François Venter, directeur exécutif adjoint, Wits Institute for Sexual & Reproductive Health, HIV and Related Diseases

- Il est très important pour les personnes malades de s'isoler des autres, afin d'éviter que le COVID-19 ne se propage.
- Il est également très important pour les personnes qui ne sont pas malades d'éviter de sortir dans la mesure du possible et de rester à plus de 2m des autres personnes.
- Ne pas embrasser ou serrer la main d'autrui.
  - *C'est ce qu'on appelle la « distanciation sociale. »*

Source: World Health Organisation. Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public. Taken from https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public. Accessed March 22, 2020.

Conseils pour les personnes âgées et les personnes ayant des problèmes de santé préexistants

1. Planifiez et préparez le COVID-19 dans votre collectivité.

2. Ne sortez pas à moins que ce soit absolument nécessaire (pour les médicaments, la nourriture et les urgences).
    - *Il est préférable d'éviter autant que possible tout contact avec d'autres personnes.*
    - *Si vous sortez, restez au moins à 2 m des autres.*
    - *Ne pas étreindre, embrasser ou serrer la main de quelqu'un d'autre.*

3. Si une personne de votre domicile est malade, surtout si elle présente des symptômes de COVID-19, limitez autant que possible votre contact avec elle.

Conseils pour les personnes âgées et les personnes ayant des problèmes de santé préexistants

4. Si vous vous sentez malade, appelez votre médecin traitant ou votre clinique avant de demander des soins.

5. Nettoyez et désinfectez chaque jour les surfaces couramment touchées dans votre maison.

6. Si vous avez des visiteurs à la maison, restez au moins à 2 m (6 pieds) les uns des autres.

- *Échanger des signes de la main, hocher la tête ou s'incliner pour les accueillir.*
- *Demandez à tous ceux qui entrent chez vous de se laver les mains immédiatement*

7. Consulter des sources fiables (comme l'Organisation mondiale de la Santé) pour obtenir des mises à jour.

- *Voir les ressources à la fin du présent guide.*

Comment prévenir le COVID-19

Si vous êtes malade, isolez-vous des autres !

Toussez ou éternuez au creux de votre coude ou un mouchoir en papier, puis jetez lemouchoir en papier dans la poubelle. Lavez-vous les mains plus souvent!

Que se passe-t-il si vous contractez le COVID-19?

Qu'arrive-t-il aux personnes qui ont le COVID-19?

- Les experts sont encore en train d'apprendre au sujet de COVID-19.
- Certaines personnes qui ont le COVID-19 ne se sentent pas du tout malades, mais elles peuvent quand même le propager.
- Les gens sont plus susceptibles de transmettre le COVID-19 lorsqu'ils se sentent malades.
- Le COVID-19 peut devenir une maladie grave, voire mortelle chez certaines personnes
  - *en particulier les personnes de plus de 60 ans et les personnes ayant des problèmes sous-jacents (comme les maladies cardiaques, pulmonaires ou rénales, le diabète et l'hypertension).*

Source: https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses

Qu'arrive-t-il aux personnes qui ont le COVID-19?

- La plupart des personnes atteintes du COVID-19 commencent à se sentir malades 1 à 14 jours après avoir été infectées.
- Beaucoup de gens commencent à se sentir malade 5-6 jours après avoir été infectés.
- Les symptômes comprennent l'un ou l'autre des symptômes suivants :
  - *toux (généralement sèche)*
  - *essoufflement*
  - *maux de gorge*
  - *fièvre (38° C)*
  - *diarrhée*
  - *maux de tête*
  - *perte de l'odorat et du goût (chez certaines personnes)*

Utilisez un masque seulement si vous êtes malade (toux, éternuements, etc.) pour protéger les autres.

- *Changez votre masque régulièrement.*
- *Lavez-vous les mains après avoir touché votre masque.*

Source: https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses

COVID-19 et les personnes vivant avec le VIH

COVID-19 et les personnes vivant avec le VIH

- En date du 20 mars 2020, aucun cas de COVID-19 n'avait été signalé chez les personnes vivant avec le VIH.

- À l'heure actuelle, rien n'indique que les personnes vivant avec le VIH suivant un traitement antirétroviral, présentent un risque plus élevé de COVID-19.

Source: https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-covid-19-hiv-and-antiretrovirals. Accessed March 20, 2020.

COVID-19 et les personnes vivant avec le VIH

- Les personnes vivant avec le VIH qui ne prennent pas de traitement antirétroviral (TAR) sont plus à risque de contracter le COVID-19 parce que leur système immunitaire est peut-être plus faible.

- Il est important que les gens soient testés pour le VIH et que les personnes vivant avec le VIH suivent un traitement antirétroviral chaque jour.

Source: https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-covid-19-hiv-and-antiretrovirals. Accessed March 20, 2020.

COVID-19 et les personnes vivant avec le VIH

- Les personnes qui suivent un traitement antirétroviral devraient essayer d'obtenir au moins l'équivalent de 30 jours de leurs médicaments et, dans la mesure du possible, obtenir un approvisionnement de 3 à 6 mois.

- Les personnes vivant avec le VIH devraient recevoir des vaccins pour les protéger contre la grippe et la pneumonie.

Source: https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-covid-19-hiv-and-antiretrovirals. Accessed March 20, 2020.

COVID-19 & Tuberculose (TB)

COVID-19 & Tuberculose (TB)

- Le VIH augmente le risque de tuberculose (TB), une infection
  les poumons.
  - La thérapie antirétrovirale (TAR) réduit ce risque. Il est important pou
    contracter le VIH de se faire dépister pour la tuberculose, et pour les
    VIH d'avoir un accès ininterrompu au traitement, et de le prendre chaque jour.
- Bien qu'elle puisse être guérie, la tuberculose est la principale cause de décès chez les personnes vivant avec le VIH/SIDA. En 2018, elle a tué 251 000 personnes vivant avec le VIH.
- Comme la tuberculose, le COVID-19 cause des dommages aux poumons.
- Les scientifiques ne savent pas comment le COVID-19 affectera les personnes atteintes de tuberculose, bien qu'ils s'inquiètent du fait que les membres de ces groupes soient plus à risque de maladie et de décès.
- Les personnes les plus à risque de complications graves sont les personnes âgées , les adultes et les enfants qui ont d'autres problèmes médicaux sous-jacents, comme une maladie pulmonaire

COVID-19 & Tuberculose (TB)

- Le VIH augmente le risque de tuberculose (TB), une infection bactérienne qui cible les poumons.
  - *La thérapie antirétrovirale (TAR) réduit ce risque. Il est important pour les personnes à risque de contracter le VIH de se faire dépister pour la tuberculose, et pour les personnes vivant avec le VIH d'avoir un accès ininterrompu au traitement, et de le prendre chaque jour .*
- Bien qu'elle puisse être guérie, la tuberculose est la principale cause de décès chez les personnes vivant avec le VIH/SIDA. En 2018, elle a tué 251 000 personnes vivant avec le VIH.

COVID-19 & Tuberculose (TB)

- Le COVID-19 est susceptible d'avoir un mauvais impact sur les services de traitement de la tuberculose déjà inadéquats, ce qui rend plus difficile le dépistage et le traitement.
- Les personnes testées pour le COVID-19 devraient subir un test de dépistage de la tuberculose, surtout si elles vivent avec le VIH ou proviennent de régions où la tuberculose est courante.
- Les gouvernements devraient utiliser la même urgence pour dépister la tuberculose et le COVID-19 chez les personnes qui ont de la fièvre et qui toussent.

Le Dépistage

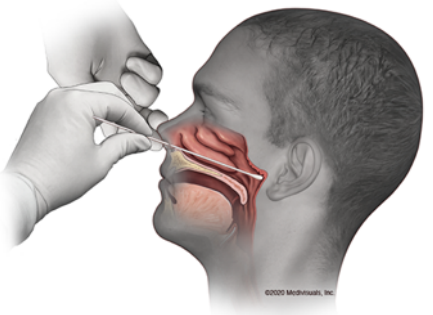
Devriez-vous être testé ?

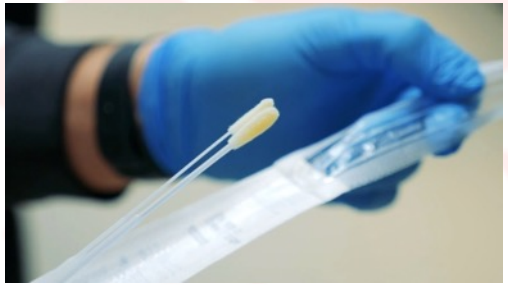
- L'accès aux tests de dépistage du COVID-19 est limité.
  - *Idéalement, tout le monde devrait être testé, mais ce n'est tout simplement pas faisable en ce moment.*
  - *À l'échelle mondiale, le système de santé et les personnes qui y travaillent sont submergés par des personnes gravement malades du COVID-19.*
- En général, les tests ne sont recommandés que si vous avez des symptômes (fièvre, toux, difficulté à respirer)
- Si vous avez des symptômes, suivez la politique de votre pays avant d'aller chercher un traitement médical. Appelez votre autorité sanitaire locale ou allez sur un site de dépistage.
- Si votre résultat de test est négatif, vous pouvez toujours être à risque pour le COVID-19. Il est important de se protéger autant que possible.

Source: Testing, testing, 123: Unpacking the confusion around SA's Covid-19 testing. Taken from https://www.dailymaverick.co.za/article/2020-03-19-testing-testing-123-unpacking-the-confusion-around-sas-covid-19-testing. Accessed on March 22, 2019.

Ce qui se passe lorsque vous êtes testé

- Les tests doivent être effectués dans une salle vide et bien ventilée ou à l'extérieur pour réduire le risque pour les personnes qui subissent le test et pour les travailleurs de santé.
- Un travailleur de santé qualifié se servira d'un écouvillon pour prélever un échantillon à l'arrière du nez et de la gorge. L'échantillon est ensuite envoyé à un laboratoire pour y être analysé. Le test peut être inconfortable, mais il n'est pas douloureux.
- Le temps nécessaire pour obtenir des résultats varie selon le contexte (privé/public, lieu, pays, fardeau sur le secteur de la santé, etc.)





Le Traitement

Comment le COVID-19 est-il traité?

- Il n'existe pas encore de traitement antiviral spécifique pour le COVID-19, bien que beaucoup soient à l'essai.
- Le traitement actuel vise les symptômes et non le virus lui-même (p. ex., analgésiques, oxygène pour les personnes souffrant d'essoufflement, traitement de la fièvre).
- Les antibiotiques ne traitent pas les infections virales. Cependant, des antibiotiques peuvent être nécessaires si une infection secondaire bactérienne se développe.

Goodman, J. (2020, March 21). *Coronavirus and chloroquine: Has its use been approved in US?* BBC. https://www.bbc.com/news/51980731

Fink, S. (2020, March 16). *White House Takes New Line After Dire Report on Death Toll*. New York Times. https://www.nytimes.com/2020/03/16/us/coronavirus-fatality-rate-white-house.html

Comment le COVID-19 est-il traité?

- Il n'existe AUCUN médicament approuvé pour traiter, guérir ou prévenir le COVID-19.
- Devriez-vous prendre de l'ibuprofène si vous avez le COVID-19?
  - *Il y a beaucoup de spéculation et très peu de données à ce sujet.*
  - *Pour l'instant, jusqu'à ce que nous en sachions plus, si vous avez des maux de tête ou de la fièvre et que vous croyez être à risque de contracter le COVID-19, utilisez du paracétamol/acétaminophène et non des anti-inflammatoires comme l'ibuprofène ou la cortisone.*
- La chloroquine, un médicament antipaludique, n'est pas un traitement approuvé pour le COVID-19. Cependant, des essais sont en cours pour voir si elle fonctionne.
- Le développement d'un vaccin peut prendre jusqu'à 18 mois. C'est pourquoi la prévention est si importante!

Points à retenir et Ressources

Principaux points à retenir

- Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau propre pendant environ 20 secondes régulièrement. En l'absence de savon et d'eau, il faut utiliser des assainisseurs à base d'alcool à 70 %.

- Voici des endroits où réfléchir à la désinfection :
  - ***Voiture*** *– volant, clés, poignées de porte, boîte de vitesses, freins à main, etc.*
  - ***Maison****– télécommandes, poignées de porte, interrupteurs, surfaces fréquemment utilisées, t éléphones portables, poignées de robinet, portes de réfrigérateur, etc.*
  - ***Bureau*** *– clavier, téléphones, boutons d'écran, tous les téléphones, poignées de porte, bougies, interrupteurs, etc.*

- Si vous êtes malade, éloignez-vous des autres, et si vous êtes en bonne santé, évitez les malades.

Principaux points à retenir

- Établir un plan de soins cliniques en cas d'isolement ou de quarantaine.
  - *Planifiez OÙ aura lieu la quarantaine dans votre maison et COMMENT cela fonctionnera avec vos compagnons de maison. Expliquez aux enfants comment cela fonctionnerait si nécessaire. Faites un essai de ce que vous pouvez faire et ne pouvez pas faire.*
  - *Options de télémédecine (Qui pouvez-vous appeler pour obtenir une aide clinique? Lignes d'urgence, médecins, infirmières, etc.)*
  - *Complément de credits pour les appels et Internet (au besoin)*
  - *Trouvez les portails et les lignes d'assistance en ligne de votre médecin local*
  - *N'attendez pas d'être malade pour avoir un plan !*

- Maintenez **un réseau social, mais à distance**. Même si vous pouvez être éloigné physiquement, restez connecté à votre réseau.
- Le contact social nous aide à nous tenir informés , à nous tenir au courant et nous aide à démeurer en bonne santé mentale.

Principaux points à retenir

- Essayez de garder au moins un mois d'approvisionnement de médicaments chroniques à votre domicile. Si possible, obtenir la quantité maximale de votre prescription / que votre médecin permettra. Nous préconisons, à l'échelle nationale, la prescription de médicaments contre le VIH d'une durée maximale de six mois.
- N'allez pas à la clinique si vous n'avez pas de symptômes.
- Fumer nuit à vos poumons. Essayez de réduire ou d'arrêter de fumer.
- Il est essentiel de pratiquer l'éloignement physique préalablement au pic de l'épidémie avant – et après – que le gouvernement l'impose.

Dans la mesure du possible, fournir un soutien aux personnes dans ces situations :

- Personnes qui peuvent être dans des situations de violence familiale
- Personnes incarcérées
- Personnes qui vivent dans des refuges ou d'autres milieux de groupe
- Personnes qui partagent un logement avec des personnes âgées ou celles ayant des conditions préexistantes qui les rendent plus à risque
- Personnes qui n'ont pas accès au logement ou à l'eau
- Les gens qui vivent seuls

Dans la mesure du possible, fournir un soutien aux personnes dans ces situations :

- Personnes qui pourraient être incapables de travailler à distance et perdre leur revenu en raison des restrictions imposées par le gouvernement

- Personnes faisant face à la stigmatisation liée à la maladie coronavirus, y compris les personnes d'origine asiatique ou celles qui ont voyagé récemment

- Personnes touchées par une pénurie de médicaments (médicaments chroniques, ARV, etc.)

- Les personnes qui dépendent des services de réduction des méfaits, comme les centres d'accueil qui peuvent être touchés par les interdictions gouvernementales de se réunir en public, les couvre-feux, etc.

Ressources

- Fire aux Questions de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) sur le COVID-19, VIH et Antiretroviraux
  - https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-covid-19-hiv-and-antiretrovirals
  - https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200311-sitrep-51-covid-19.pdf?sfvrsn=1ba62e57_4
- Maladie du Coronavirus (COVID-19) conseils au Public: Démeler le vrai du faux
  - https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters
- Comment le Cornavirus attaque vos cellules
  - https://www.nytimes.com/interactive/2020/03/11/science/how-coronavirus-hijacks-your-cells.html?action=click&module=RelatedLinks&pgtype=Article
- Foire à questions– CDC (US)
  - https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html#anchor_1584386215012
- Le coronavirus expliqué et ce que vous devez faire
  - https://www.youtube.com/watch?v=BtN-goy9VOY
- Technique d'un bon lavage de mains
  - https://www.youtube.com/watch?v=cbX0xwKORjk

Images

Les images utilisées dans cette directive proviennent des sources suivantes

- https://www.nps.gov/aboutus/news/images/CDC-coronavirus-image-23311-for-web.jpg
- https://miro.medium.com/max/4600/1*co10ii6v3lqsK7QYiQG7kw.jpeg
- https://www.cdc.gov/homepage/images/cards/wash-hands-720px.jpg
- https://www.firstaidsuppliesonline.com/wp-content/uploads/2017/12/p-15941-552615_handSanitizer_8ozPump_2.jpg
- https://www.losmedanos.edu/safety/cough.gif
- https://www.portsmouth.co.uk/images-i.jpimedia.uk/imagefetch/https://jpgreatcontent.co.uk/wp-content/uploads/2020/03/shutterstock_302347559.jpg?crop=982:524,smart&width=990
- https://www.wikihow.com/Sneeze-Properly#/Image:Sneeze-Properly-Step-2-Version-2.jpg
- https://www.txbiomed.org/wp-content/uploads/2019/02/shutterstock_1067326121-958x700.jpg
- https://www.knkx.org/sites/kplu/files/styles/medium/public/202003/UWTestingSite_20200317_KNKX_PMB_606.jpg
- https://health.ucdavis.edu/coronavirus/images/coronavirus-testing.PNG
- https://i.cbc.ca/1.5492764.1584840328%21/fileImage/httpImage/image.jpg_gen/derivatives/16x9_460/medical-swap.jpg

ITPC

INTERNATIONAL TREATMENT
PREPAREDNESS COALITION

@ITPCglobal | **www.itpcglobal.org** | #WatchWhatMatters

La pandémie de COVID 19 est en cours.
L'information présentée est mise à jour à la date du 23 mars 2020.
ITPC actualisera le contenu pour être en phase avec les nouvelles directives.

Pour obtenir nos derniers outils et ressources, visitez http://itpcglobal.org/resourcesurces