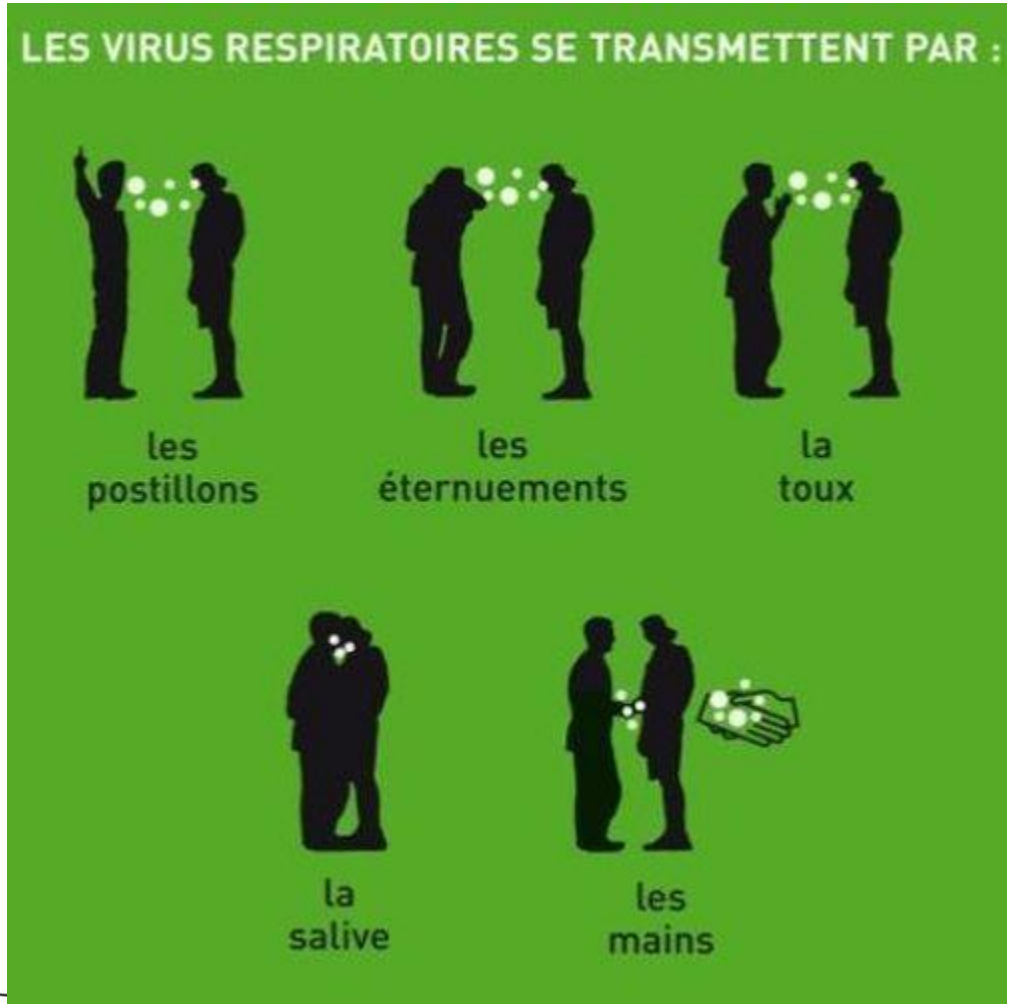
COVID-19

Pour vous protéger et protéger les autres du coronavirus

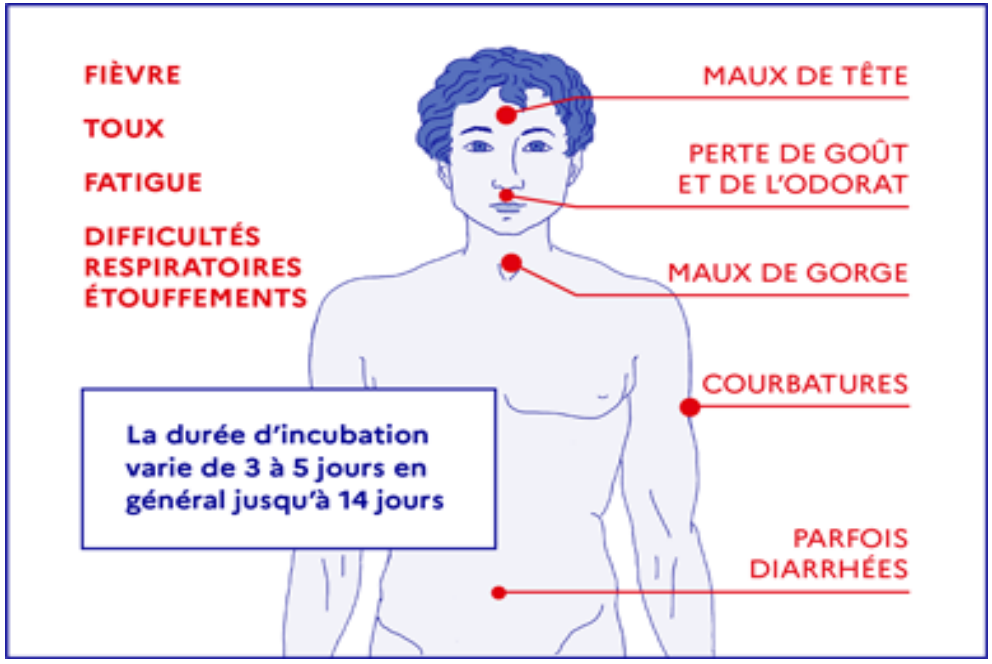
Comment se transmet le virus



POURQUOI EVITER DE SE TOUCHER LE VISAGE ?
Le nez, les yeux et la bouche sont des portes d'entrée pour les virus et bactéries
et nos mains leurs transports en commun

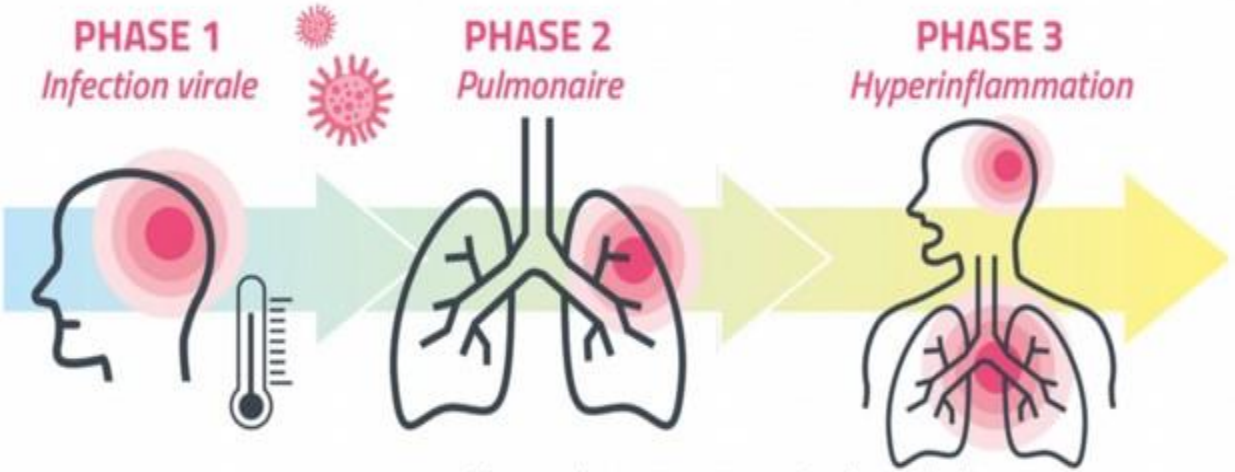
Quels sont les symptômes ?

- Température = à 37°8 ou +



COVID-19, MALADIE EN TROIS PHASES

Chez la majorité des personnes, le Covid-19 se présente comme une infection virale classique : quelques symptômes, suivis d'une guérison. Pour les autres, la maladie peut se prolonger : après l'attaque virale, survient une phase pulmonaire, puis une phase d'hyperinflammation, aussi appelée « orage cytokinique ».



Fièvre (plus de 37,7°C), toux sèche, diarrhée, maux de tête.

Souffle court, hypoxie trop peu d'O_2 dans le sang).

Syndrome de détresse respiratoire aiguë, syndrome de réponse inflammatoire systémique (fièvre, tachycardie, ventilation pulmonaire accélérée et augmentation importante des globules blancs dans le sang), insuffisance cardiaque.

En phase 1, on traite le patient contre le virus, en phase 3, on lutte contre l'hyperinflammation. Lors de la phase 2, les deux problèmes se chevauchent : le virus est encore actif, mais moins fort, tandis que l'inflammation démarre.

- Quels réflexes à adopter pour se protéger et protéger les autres ?

Les Gestes Barrières

Geste barrière n° 1

- **L'hygiène des mains** est la mesure d'hygiène la plus efficace pour prévenir la transmission du virus.

- Vidéo : You tube – Covid-19 comment se laver les mains (26 mars 2020 – durée : 1'09)

Lavage Mains + savon

Lavage des Mains : Gel Hydroalcoolique

Geste Barrière n° 2

- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir à usage unique sinon les microbes que j'expulse en toussant, en éternuant, restent sur ma main et je les dépose partout.

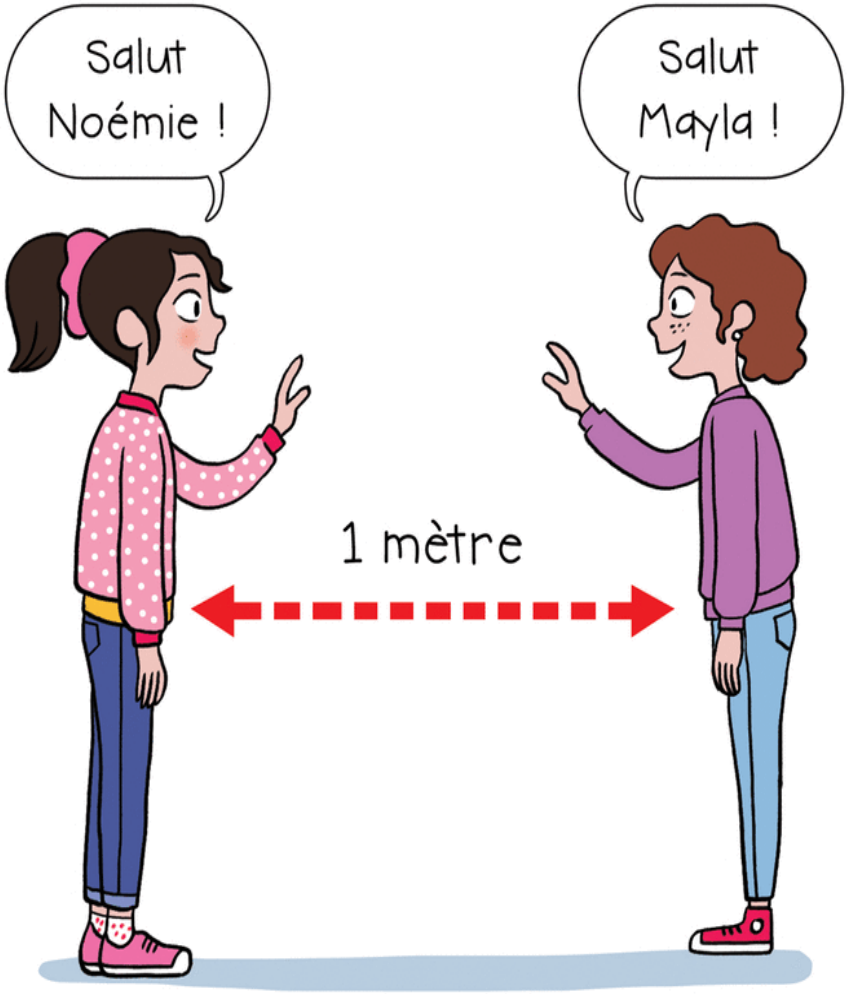
Geste Barrière n° 3

- Utiliser des mouchoirs à usage unique et les jeter à la poubelle dès la 1ère utilisation

Geste Barrière n° 4

- Saluer sans se serrer la main et arrêter les embrassades
- Ne pas échanger d'objets comme les stylos – les téléphones …

Respecter la distanciation physique



Le port du masque

- Dans tous les cas, le port d'un masque complète les Gestes Barrières MAIS ne les remplace pas

Protégeons-nous, portons des masques

Bien mettre son masque

COVID19

COMMENT PORTER LE MASQUE EN TISSU ?

ars Agence Régionale de Santé Guyane

SOUS LE NEZ

AU DESSUS DU MENTON

PAS ASSEZ SERRÉ

SOUS LE MENTON

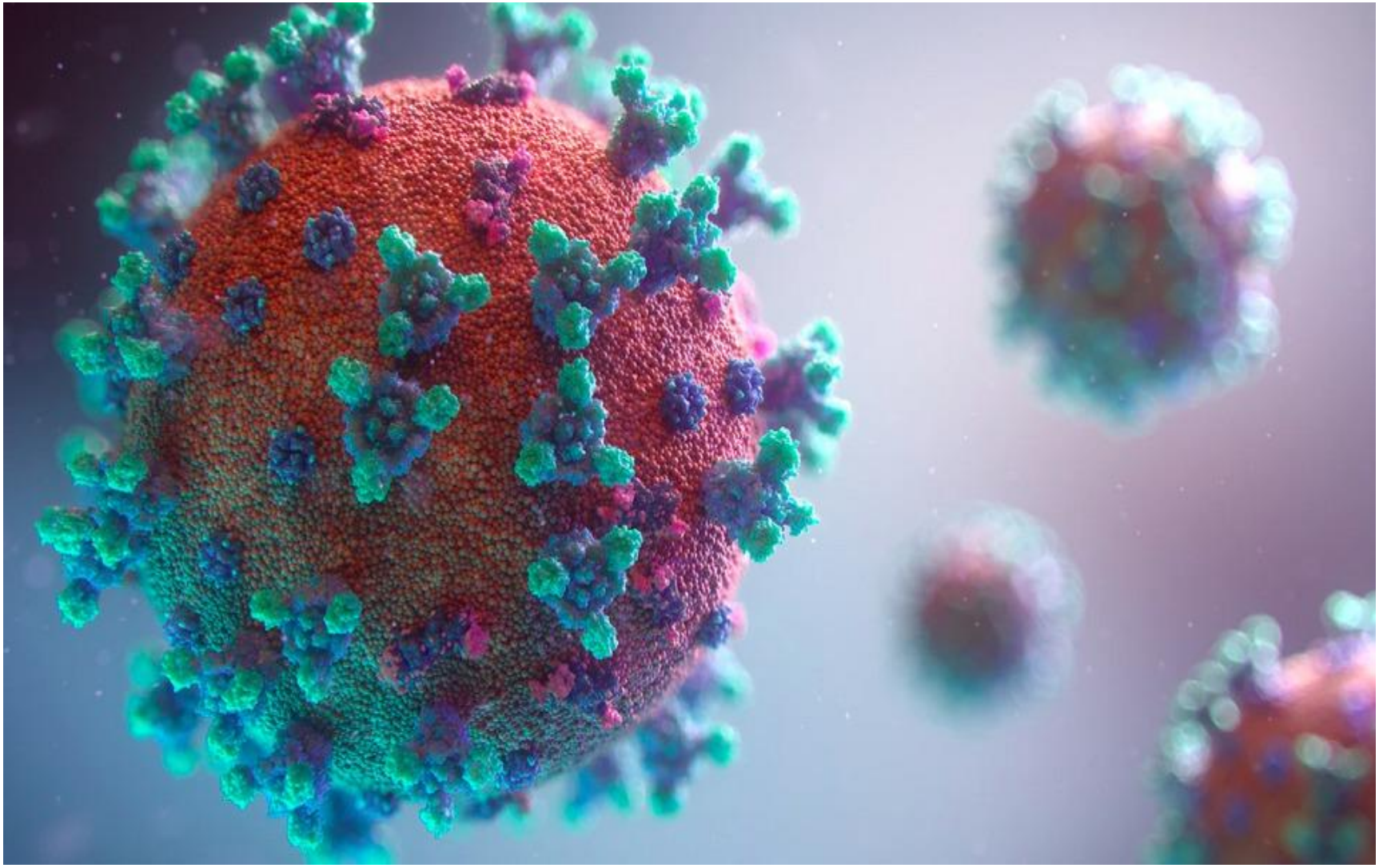
COUVRANT LE NEZ, LA BOUCHE, LE MENTON

Point Clé

Attention

- Les Mains ne doivent pas toucher LE MASQUE quand il est porté.

Comment enlever son masque ?



- Catherine Boucherit – Infirmière – Collège les Ménigouttes – Le Blanc