

FOIRE AUX QUESTIONS SUR L'ÉPIDÉMIE DE MALADIE RESPIRATOIRE CAUSÉE PAR LE COVID-19

Qu'est-ce qu'un coronavirus ?

Les coronavirus forment une vaste famille de virus qui peuvent induire la maladie chez l'homme et chez l'animal. On sait que, chez l'être humain, plusieurs coronavirus peuvent entraîner des infections respiratoires dont les manifestations vont du simple rhume à des maladies plus graves comme le syndrome respiratoire du Moyen-Orient (MERS) et le syndrome respiratoire aigu sévère (SRAS). Le dernier coronavirus qui a été découvert est responsable de la maladie à coronavirus 2019 (COVID-19).

Qu'est-ce que la COVID-19 ?

La COVID-19 est la maladie infectieuse causée par le dernier coronavirus qui a été découvert. Ce nouveau virus et cette maladie étaient inconnus avant l'apparition de la flambée à Wuhan (Chine) en décembre 2019.

Quels sont les symptômes de la COVID-19 ?

Les symptômes les plus courants de la COVID-19 sont la fièvre, la fatigue et une toux sèche. Certains patients présentent des douleurs, une congestion nasale, un écoulement nasal, des maux de gorge ou une diarrhée. Ces symptômes sont généralement bénins et apparaissent de manière progressive. Certaines personnes, bien qu'infectées, ne présentent aucun symptôme et se sentent bien. La plupart (environ 80 %) des personnes guérissent sans avoir besoin de traitement particulier. Environ une personne sur six contractant la maladie présente des symptômes plus graves, notamment une difficultés respiratoires. Les personnes âgées et celles qui ont d'autres problèmes de santé (hypertension artérielle, problèmes cardiaques ou diabète) ont plus de risques de présenter des symptômes graves. Environ 2 % des personnes malades sont décédées. Toute personne qui a de la fièvre, qui tousse et qui a des difficultés à respirer doit consulter un médecin.

Comment la COVID-19 se propage-t-elle ?

La COVID-19 est transmise par des personnes porteuses du virus. La maladie peut se transmettre d'une personne à l'autre par le biais de gouttelettes respiratoires expulsées par le nez ou par la bouche lorsqu'une personne tousse ou éternue. Ces gouttelettes peuvent se retrouver sur des objets ou des surfaces autour de la personne en question. On peut alors contracter la COVID-19 si on touche ces objets ou ces surfaces et si on se touche ensuite les yeux, le nez ou la bouche. Il est également possible de contracter

la COVID-19 en inhalant des gouttelettes d'une personne malade qui vient de tousser ou d'éternuer. C'est pourquoi il est important de se tenir à plus d'un mètre d'une personne malade.

L'OMS examine les travaux de recherche en cours sur la manière dont la COVID-19 se propage et elle continuera à communiquer les résultats actualisés.

Le virus responsable de la COVID-19 est-il transmissible par voie aérienne ?

Les études menées à ce jour semblent indiquer que le virus responsable de la COVID-19 est principalement transmissible par contact avec des gouttelettes respiratoires, plutôt que par voie aérienne. Voir la réponse à la question précédente, « Comment le COVID-19 se propage-t-elle ? »

Peut-on contracter la COVID-19 au contact d'une personne qui ne présente aucun symptôme ?

La maladie se propage principalement par les gouttelettes respiratoires expulsées par les personnes qui toussent. Le risque de contracter la COVID-19 au contact d'une personne qui ne présente aucun symptôme est très faible. Cependant, beaucoup de personnes atteintes ne présentent que des symptômes discrets. C'est particulièrement vrai aux premiers stades de la maladie. Il est donc possible de contracter la COVID-19 au contact d'une personne qui n'a, par exemple, qu'une toux légère mais qui ne se sent pas malade. L'OMS examine les travaux de recherche en cours sur le délai de transmission de la COVID-19 et elle continuera à communiquer des résultats actualisés.

Puis-je contracter la COVID-19 par contact avec les matières fécales d'une personne malade ?

Le risque de contracter la COVID-19 par contact avec les matières fécales d'une personne infectée paraît faible. Les premières investigations semblent indiquer que le virus peut être présent dans les matières fécales dans certains cas, mais la flambée ne se propage pas principalement par cette voie. L'OMS examine les travaux de recherche en cours sur la manière dont la COVID-19 se propage et elle continuera à communiquer les nouveaux résultats. Cependant, comme le risque existe, c'est une raison supplémentaire de se laver les mains régulièrement, après être allé aux toilettes et avant de manger.

Comment puis-je me protéger et éviter que la maladie ne se propage ?

Mesures de protection pour tous

Tenez-vous au courant des dernières informations sur la flambée de COVID-19, disponibles sur le site Web de l’OMS et auprès des autorités de santé publique nationales et locales. La COVID-19 touche encore beaucoup de gens en Chine et des flambées sévissent dans d’autres pays. La plupart des personnes infectées présentent des symptômes bénins et guérissent mais d’autres peuvent avoir une forme plus grave de la maladie. Prenez soin de votre santé et protégez les autres en suivant les conseils ci-après :

- Se laver fréquemment et soigneusement les mains avec une solution hydroalcoolique ou à l’eau et au savon.

Pourquoi ? Se laver les mains avec une solution hydroalcoolique ou à l’eau et au savon tue le virus s’il est présent sur vos mains.

- Maintenir une distance d’au moins un mètre avec les autres personnes qui toussent ou qui éternuent.

Pourquoi ? Lorsqu’une personne tousse ou éternue, elle projette de petites gouttelettes qui peuvent contenir le virus. Si vous êtes trop près, vous pouvez inhaler ces gouttelettes et donc le virus responsable de la COVID-19 si la personne qui tousse en est porteuse.

- Éviter de se toucher les yeux, le nez et la bouche.

Pourquoi ? Les mains sont en contact avec de nombreuses surfaces qui peuvent être contaminées par le virus. Si vous vous touchez les yeux, le nez ou la bouche, le virus peut pénétrer dans votre organisme et vous pouvez tomber malade.

- Veillez à respecter les règles d’hygiène respiratoire et à ce que les personnes autour de vous en fassent autant. En cas de toux ou d’éternuement, il faut se couvrir la bouche et le nez avec le pli du coude, ou avec un mouchoir et jeter le mouchoir immédiatement après.

Pourquoi ? Les gouttelettes respiratoires propagent des virus. En respectant les règles d’hygiène respiratoire, vous protégez les personnes autour de vous de virus tels que ceux responsables du rhume, de la grippe ou de la COVID-19.

- Si vous ne vous sentez pas bien, restez chez vous. En cas de fièvre, de toux et de difficultés respiratoires, **appelez le 1510** ou consultez un médecin après l'avoir appelé. Suivez les instructions des autorités sanitaires locales.

Pourquoi ? Ce sont les autorités nationales et locales qui disposent des informations les plus récentes sur la situation dans la région où vous vous trouvez. Si vous l'appellez, votre médecin pourra vous orienter rapidement vers l'établissement de santé le plus adapté. En outre, cela vous protégera et évitera la propagation de virus et d'autres agents infectieux.

- Tenez-vous au courant des dernières évolutions concernant la COVID-19. Suivez les conseils de votre médecin, des autorités nationales et locales ou de votre employeur pour savoir comment vous protéger et protéger les autres de la COVID-19.

Pourquoi ? Ce sont les autorités nationales et locales qui disposent des informations les plus récentes sur la propagation de la COVID-19 dans la région où vous vous trouvez. Ce sont les mieux placées pour donner des conseils en matière de protection.

Mesures de protection pour les personnes qui se trouvent ou qui se sont récemment rendues (au cours des 14 derniers jours) dans des régions où la COVID-19 se propage.

- Suivez les conseils présentés ci-dessus (Mesures de protection pour tous)
- Si vous commencez à vous sentir mal, même si vous n'avez que des symptômes bénins comme des maux de tête et un faible écoulement nasal, restez chez vous jusqu'à la guérison.

Pourquoi ? Éviter d'entrer en contact avec d'autres personnes et de se rendre dans des établissements de santé permettra à ces établissements de fonctionner plus efficacement et vous protégera, ainsi que les autres personnes, de la COVID-19 et d'autres maladies virales.

- En cas de fièvre, de toux et de difficultés respiratoires, consultez un médecin sans tarder, car il peut s'agir d'une infection respiratoire ou d'une autre affection grave. **Appelez le 1510** ou votre médecin et indiquez-lui si vous avez récemment voyagé ou été en contact avec des voyageurs.

Pourquoi ? En appelant le **1510** ou votre médecin ; on pourra vous orienter rapidement vers l'établissement de santé le plus adapté. En outre, cela vous protégera et évitera la propagation de la COVID-19 et d'autres maladies virales.

Quelle est la probabilité de contracter la COVID-19 ?

Le risque dépend de l'endroit où vous habitez ou vous avez récemment voyagé. Il est plus élevé dans les régions où la COVID-19 a été diagnostiquée chez plusieurs personnes. Actuellement, 95 % des cas de COVID-19 surviennent en Chine, en majorité dans la province du Hubei. Dans la plupart des autres régions du monde, le risque de contracter la COVID-19 est actuellement faible mais vous devez absolument vous tenir au courant de la situation et des efforts de préparation dans votre région.

L'OMS collabore avec les autorités sanitaires en Chine et ailleurs dans le monde pour surveiller les flambées de COVID-19 et y faire face.

La COVID-19 doit-elle m'inquiéter ?

Si vous n'êtes pas dans une région où la COVID-19 se propage, si vous n'êtes pas de retour d'une de ces régions ou si vous n'avez pas été en contact proche avec quelqu'un qui s'est senti mal, le risque que vous contractiez la maladie est actuellement faible. Cependant, il est compréhensible que vous puissiez être stressé ou anxieux du fait de cette situation. Vous devez donc vous en remettre aux faits pour déterminer exactement les risques que vous encourez afin de prendre des précautions raisonnables. Votre médecin, les autorités nationales de santé publique et votre employeur peuvent vous fournir des informations exactes sur la COVID-19 et sur sa présence dans votre région. Vous devez absolument vous tenir au courant de la situation là où vous habitez et prendre les mesures nécessaires pour vous protéger (voir les Mesures de protection pour tous).

Si vous êtes dans une région où sévit une flambée de COVID-19, vous devez prendre le risque d'infection au sérieux. Suivez les conseils des autorités sanitaires nationales et locales. Si la COVID-19 n'entraîne que des symptômes bénins chez la plupart des gens, certaines personnes peuvent être gravement atteintes. Plus rarement, la maladie peut être mortelle. Les personnes âgées et celles qui ont déjà d'autres problèmes de santé (hypertension artérielle, problèmes cardiaques ou diabète, par exemple) semblent être plus vulnérables. (Voir les Mesures de protection pour les personnes qui se trouvent ou qui se sont récemment rendues (au cours des 14 derniers jours) dans des régions où la COVID-19 se propage).

Qui risque d'être atteint d'une forme grave de la maladie ?

Même si nous devons encore approfondir nos connaissances sur la façon dont la COVID-19 affecte les individus, jusqu'à présent, les personnes âgées et les personnes

déjà atteintes d'autres maladies (comme l'hypertension artérielle, le diabète ou les cardiopathies) semblent être gravement atteintes plus souvent que les autres.

Les antibiotiques sont-ils efficaces pour prévenir ou traiter la COVID-19 ?

Non, les antibiotiques n'agissent pas contre les virus, mais seulement contre les infections bactériennes. La COVID-19 étant due à un virus, les antibiotiques sont inefficaces. Ils ne doivent pas être utilisés comme moyen de prévention ou de traitement de la COVID-19. Ils doivent être utilisés seulement sur prescription médicale pour traiter une infection bactérienne.

Existe-t-il un VACCIN, un MÉDICAMENT ou un traitement contre la COVID-19 ?

Pas encore. À ce jour, il n'existe ni vaccin ni médicament antiviral spécifique pour prévenir ou traiter la COVID-19. Toutefois, les personnes touchées doivent recevoir des soins pour soulager les symptômes. Les personnes qui sont gravement malades doivent être hospitalisées. La plupart des patients guérissent grâce à des soins de soutien.

D'éventuels vaccins et certains traitements spécifiques sont à l'étude et sont testés dans le cadre d'essais cliniques. L'OMS coordonne les efforts de mise au point de vaccins et de médicaments pour prévenir et traiter la COVID-19.

La meilleure façon de se protéger et de protéger les autres contre la COVID-19 est de se laver fréquemment les mains, de se couvrir la bouche avec le pli du coude ou avec un mouchoir et de se tenir à une distance d'un mètre de toute personne qui tousse ou qui éternue (voir Comment puis-je me protéger et éviter que la maladie ne se propage ?).

La COVID-19 est-elle la même maladie que le SRAS ?

Non, le virus responsable de la COVID-19 et celui à l'origine du syndrome respiratoire aigu sévère (SRAS) sont génétiquement liés mais ils sont différents. Le SRAS est plus mortel mais beaucoup moins infectieux que la COVID-19. Il n'y a pas eu de flambée de SRAS dans le monde depuis 2003.

Dois-je porter un masque pour me protéger ?

Les personnes qui ne présentent pas de symptômes respiratoires, tels que la toux, n'ont pas besoin de porter un masque médical. L'OMS recommande le port d'un masque aux personnes qui présentent des symptômes de COVID-19 et à celles qui s'occupent de malades qui présentent des symptômes (toux et fièvre). Le port du

masque est essentiel pour les agents de santé et les personnes qui s'occupent de malades (à domicile ou dans un établissement de soins).

L'OMS recommande de faire un usage rationnel des masques médicaux afin d'éviter le gaspillage de ressources précieuses et les risques de mauvaise utilisation des masques (voir Conseils relatifs au port du masque). Vous ne devez utiliser un masque que si vous présentez des symptômes respiratoires (toux ou éternuements), en cas de suspicion de COVID-19 avec des symptômes bénins ou si vous vous occupez d'une personne chez qui la COVID-19 est suspectée. On soupçonne une COVID-19 chez les personnes ayant voyagé dans une région où des cas ont été signalés, ou ayant eu un contact étroit avec une personne qui a voyagé dans ces régions et qui est tombée malade.

La meilleure façon de se protéger et de protéger les autres contre la COVID-19 est de se laver fréquemment les mains, de se couvrir la bouche avec le pli du coude ou avec un mouchoir et de se tenir à une distance d'un mètre de toute personne qui touche ou qui éternue (voir Comment puis-je me protéger et éviter que la maladie ne se propage ?).

Comment mettre, utiliser, enlever et éliminer un masque ?

1. Ne pas oublier que seuls les agents de santé, les personnes qui s'occupent de malades et les personnes qui présentent des symptômes respiratoires (fièvre et toux) doivent porter un masque.
2. Avant de mettre un masque, se laver les mains avec une solution hydroalcoolique ou à l'eau et au savon.
3. Vérifier que le masque n'est ni déchiré ni troué.
4. Orienter le masque dans le bon sens (bande métallique vers le haut).
5. Vérifier que la face colorée du masque est placée vers l'extérieur.
6. Placer le masque sur le visage. Pincer la bande métallique ou le bord dur du masque afin qu'il épouse la forme du nez.
7. Tirer le bas du masque pour recouvrir la bouche et le menton.
8. Après usage, retirer le masque, enlever les élastiques de derrière les oreilles tout en éloignant le masque du visage et des vêtements afin d'éviter de toucher des parties du masque éventuellement contaminées.

9. Jeter le masque dans une poubelle fermée immédiatement après usage.

10. Après avoir touché ou jeté le masque, se laver les mains avec une solution hydroalcoolique ou à l'eau et au savon si elles sont visiblement souillées.

Combien de temps dure la période d'incubation de la COVID-19 ?

La période d'incubation est le temps qui s'écoule entre l'infection et l'apparition des symptômes de la maladie. On estime actuellement que la période d'incubation de la COVID-19 dure de 1 à 14 jours et le plus souvent autour de cinq jours. Ces estimations seront actualisées à mesure que de nouvelles données seront disponibles.

Les êtres humains peuvent-ils contracter la COVID-19 à partir d'une source animale ?

Les coronavirus sont une grande famille de virus couramment présents chez les chauves-souris et chez d'autres animaux. Dans de rares cas, ces virus infectent des êtres humains qui peuvent à leur tour propager l'infection. Ainsi, le SARS-CoV est associé aux civettes tandis que le MERS-CoV est transmis par les dromadaires. Les sources animales éventuelles de la COVID-19 n'ont pas encore été confirmées.

Pour se protéger, par exemple lorsque l'on va sur des marchés d'animaux vivants, **il faut éviter le contact direct avec les animaux et les surfaces en contact avec les animaux et toujours respecter les règles relatives à la sécurité sanitaire des aliments.** Il faut manipuler la viande crue, le lait et les abats avec précaution pour éviter de contaminer les aliments qui ne sont pas destinés à être cuits et il faut s'abstenir de consommer des produits d'origine animale crus ou mal cuits.

Mon animal domestique peut-il me transmettre la COVID-19 ?

Non, rien ne prouve que les animaux de compagnie ou les animaux domestiques, tels que les chiens ou les chats, peuvent être infectés par le virus responsable de la COVID-19 ou le propager.

Combien de temps le virus peut-il survivre sur les surfaces ?

On ne sait pas avec certitude combien de temps le virus responsable de la COVID-19 survit sur les surfaces mais il semble qu'il se comporte comme les autres coronavirus. Les études (et les informations préliminaires sur la COVID-19) tendent à montrer que les coronavirus peuvent persister sur les surfaces quelques heures à plusieurs jours. Ceci peut dépendre de différents paramètres (p. ex. le type de surface, la température ou l'humidité ambiante).

Si vous pensez qu'une surface peut être infectée, nettoyez-la avec un désinfectant ordinaire pour tuer le virus, vous protéger et protéger les autres. Lavez-vous les mains avec une solution hydroalcoolique ou à l'eau et au savon. Évitez de vous toucher les yeux, la bouche ou le nez.

Est-il sans danger de recevoir un colis d'une région où la COVID-19 a été signalée ?

Oui. La probabilité qu'une personne infectée contamine des marchandises est faible, tout comme le risque de contracter le virus responsable de la COVID-19 par contact avec un colis qui a été déplacé, qui a voyagé et qui a été exposé à différentes conditions et températures.

Y a-t-il des choses à ne pas faire ?

Les mesures ci-après **NE SONT PAS** efficaces contre la COVID-19 et peuvent même être dangereuses :

- Fumer
- Prendre des remèdes traditionnels à base de plantes
- Porter plusieurs masques à la fois
- Prendre des antibiotiques en automédication

En somme, **en cas de fièvre, de toux et de difficultés respiratoires, appelez le 1510 ou un médecin sans tarder** afin de limiter le risque de voir l'infection s'aggraver et lui indiquer si vous avez effectué des voyages récemment.