

CORONAVIRUS

Ce que vous devez savoir

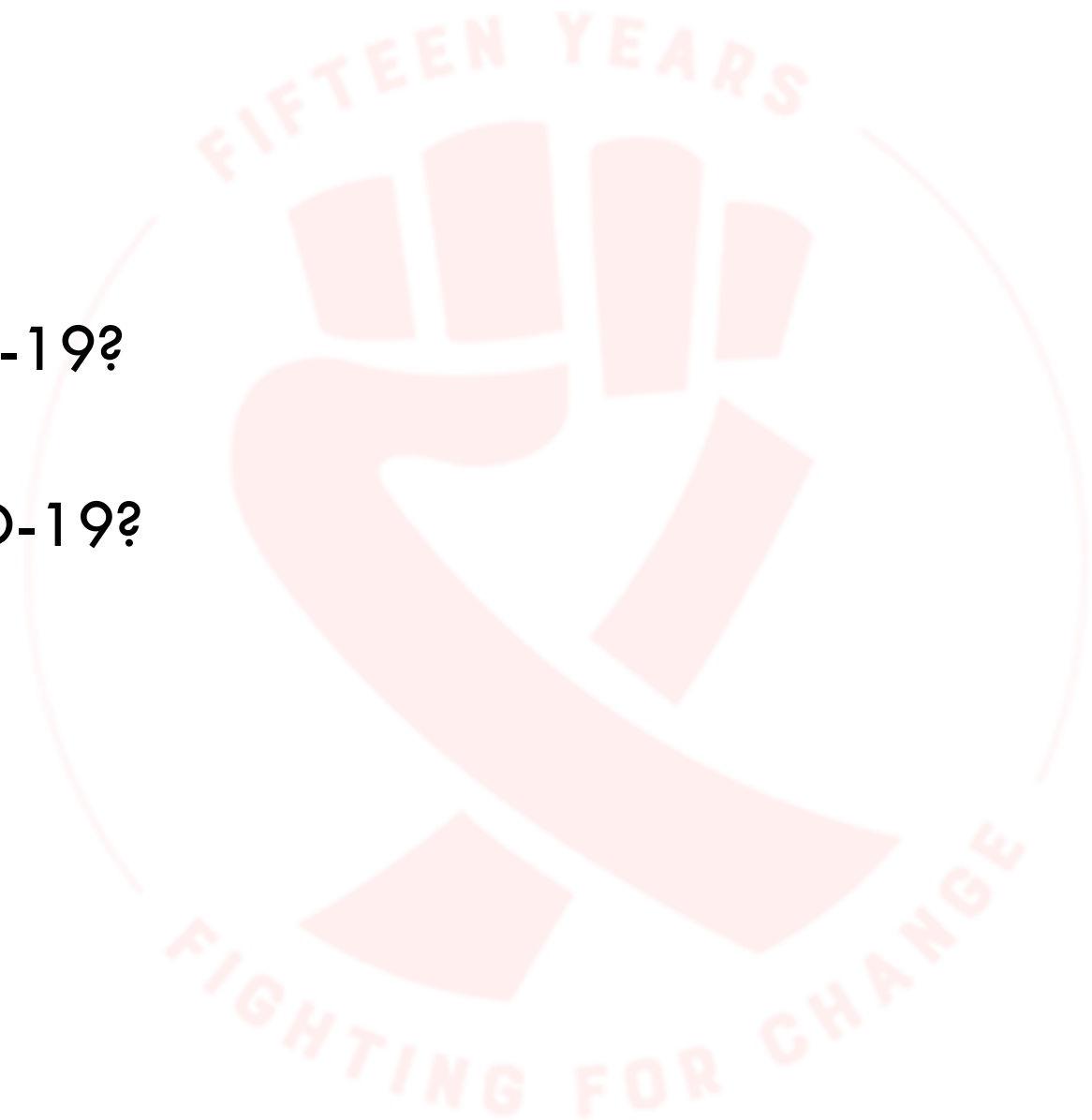
La pandémie de COVID 19 est en cours.
L'information présentée est mise à jour à la date du 7 Avril 2020.

ITPC actualisera le contenu pour être en phase avec les nouvelles directives.

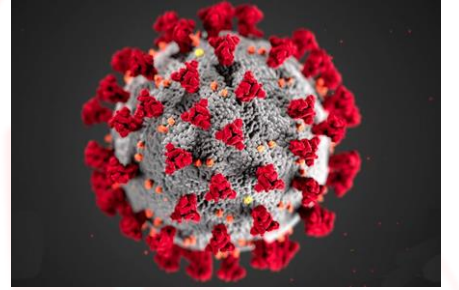
Pour obtenir nos derniers outils et ressources, visitez <http://itpcglobal.org/resources>

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 le VIH
- COVID-19 et Tuberculose (TB)
- Dépistage
- Traitement
- Points à retenir et Ressources



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.
- 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 façon abrégée 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 Jiangnan, dans la province de Hubei, en Chine.

Qui est à risque ?

@ITPCglobal | www.itpcglobal.org | #TreatPeopleRight



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 héroïque en prenant soin d'autrui.

La transmission du COVID-19

@ITPCglobal | www.itpcglobal.org | #TreatPeopleRight



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.
- 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?



Bien que les personnes malades soient les plus susceptibles de transmettre le COVID-19, les personnes asymptomatiques peuvent également le transmettre.

Certains experts croient que le virus peut également être transmis par voie aérienne, en se propageant par les aérosols - qui sont beaucoup plus petits que les gouttelettes.

- Les aérosols pénètrent dans l'air lorsque les gens parlent ou expirent
- Ils peuvent voyager plus loin que les gouttelettes

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

@ITPCglobal | www.itpcglobal.org | #TreatPeopleRight



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 minutieusement.
- **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

Couvrez-vous la bouche et le nez lorsque vous êtes entouré de malades ou dans des lieux publics.

Cela vous protège, vous et d'autres personnes. Même si les gens ne se sentent pas toujours malades à cause du COVID-19, ils peuvent quand même le propager.

Les masques peuvent être difficiles à trouver et sont urgemment nécessaires pour les travailleurs de santé. Si vous n'avez pas de masque, portez un foulard en tissu pour couvrir votre bouche et nez.

Comment prévenir le COVID-19

Éloignez-vous des hôpitaux et des cliniques à moins que vous NE DEVIEZ y être.

Si vous avez besoin de prendre des ARV ou d'autres médicaments, appelez d'abord pour vous enquerir du taux de fréquentation ou de l'affluence – et tenez vous au moins à 2 mètres des autres personnes dans la salle d'attente.

Le meilleur modèle de distribution des ARVs est le modèle CAGS (Groupes Communautaires de distribution d'ARV) où une personne peut **SANS DANGER** collecter et distribuer des ARV aux membres.

Essayez d'obtenir un approvisionnement supplémentaire de médicaments pour vous-même et les autres membres de votre communauté

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

Même si vous n'êtes pas malade, couvrez votre bouche et votre nez d'un masque, d'un foulard ou d'un morceau de tissu lorsque vous êtes entouré d'autres personnes et en public.

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 du 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>

Les personnes vivant avec le VIH et le COVID-19



Les personnes vivant avec le VIH et le COVID-19

- En date d'Avril 2020, un cas de COVID-19 a été signalé chez une personne vivant avec le VIH, qui s'est rétablie.
- À l'heure actuelle, **rien n'indique** que les personnes vivant avec le VIH suivant un traitement antiretroviral, 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 April 7 2020

Les personnes vivant avec le VIH et le COVID-19

- 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.
- Les personnes qui suivent un traitement antirétroviral **devraient essayer d'obtenir au moins 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.

La Tuberculose (TB) & le COVID-19

@ITPCglobal | www.itpcglobal.org | #TreatPeopleRight



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.
- 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 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

@ITPCglobal | www.itpcglobal.org | #TreatPeopleRight



Devriez-vous être testé ?

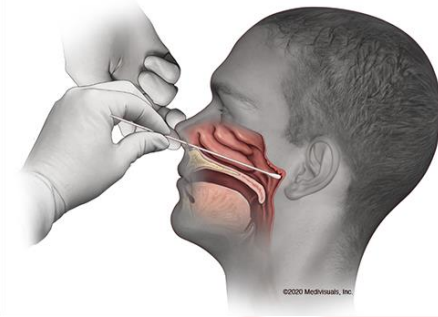
- L'accès aux tests de dépistage du COVID-19 est limité.
 - Idéalement, tout le monde devrait être testé, **mais ce n'est tout simplement pas faisable en ce moment.**
 - À l'échelle mondiale, le système de santé et les personnes qui y travaillent sont submergés par des personnes gravement malades du 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 du 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, charge de travail du secteur de la santé, etc.)



Comment le COVID-19 est-il traité?

- Il n'existe **pas encore de traitement antiviral spécifique** pour le COVID-19, bien que plusieurs possibilités 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, et beaucoup de liquides pour éviter la déshydratation.)
- Les antibiotiques **ne traitent pas les infections virales**. Cependant, des antibiotiques peuvent être nécessaires si une infection secondaire bactérienne

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 études 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

@ITPCglobal | www.itpcglobal.org | #TreatPeopleRight



Principales conclusions

- Couvrez votre bouche et votre nez d'un masque, d'un foulard ou d'un tissu lorsque vous êtes dans des lieux publics et/ou autour d'autres personnes.
- Si vous êtes malade, éloignez-vous des autres; et si vous êtes en bonne santé, évitez les personnes malades.
- **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 gels hydroalcooliques ou des solutions à base d'alcool à 70 %.
- Voici des endroits qu'il faut penser à **désinfecter** :
 - **Voiture** – volant, clés, poignées de porte, boîte de vitesses, freins à main, etc.
 - **Maison** – télécommandes, poignées de porte, interrupteurs, surfaces fréquemment utilisées, téléphones portables, poignées de robinet, portes de réfrigérateur, etc.
 - **Bureau** – clavier, téléphones, boutons d'écran, tous les téléphones, poignées de porte, bougies, interrupteurs, etc.

Principales conclusions

- 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 une série de ce que vous pouvez faire et ne pouvez pas faire.
 - **Options de télémédecine** (Qui pouvez-vous appeler pour obtenir de l'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 demeurer 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.
- La cigarette nuit à vos poumons. Essayez de réduire ou d'arrêter de fumer.
- Il est essentiel **de pratiquer la distanciation 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 potable**
- 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

- **Organisation Mondiale de la Santé (OMS)- Page principale COVID-19**
 - <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- **Foire 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>
- **Maladie du Coronavirus (COVID-19) conseils au Public: Démêler le vrai du faux**
 - <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>
- **Guide personnel et communautaire d'ITPC sur le COVID-19 (8 Avril 2020)**
 - <http://itpcglobal.org/resource/personal-and-community-guidance-on-covid-19-april-8-2020/>
- **Foire aux questions– CDC**
 - https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html - anchor_1584386215012

Ressources

- **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=-LKVUarhtvE>
- **Comment faire un masque sans couture**
 - <https://www.theguardian.com/us-news/2020/apr/06/how-to-make-no-sew-face-mask-coronavirus>
- **Comment le Coronavirus attaque vos cellules**
 - <https://www.nytimes.com/interactive/2020/03/11/science/how-coronavirus-hijacks-your-cells.html?action=click&module=RelatedLinks&pgtype=Article>
- **Comment porter un masque en tissu pour recouvrir votre visage (CDC)**
 - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>





ITPC

INTERNATIONAL TREATMENT
PREPAREDNESS COALITION

[@ITPCglobal](#) | www.itpcglobal.org | [#TreatPeopleRight](#)

La pandémie de COVID 19 est en cours.

L'information présentée est mise à jour = date du 7 avril 2020.

ITPC actualisera le contenu pour suivre le rythme des nouvelles directives.

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