

Internet est un outil fantastique pour partager des informations. Nous savons également que de nombreuses informations erronées ou incomplètes y sont diffusées. EAI se préoccupe du bien-être de son personnel ainsi que de celui de ses partenaires, collaborateurs, et parties prenantes, et de leur famille dans le monde. C'est pourquoi nous voulons nous assurer que des directives médicales sûres sont suivies, et non des rumeurs sans fondement. Veuillez lire, débattre et partager les points listés ci-dessous avec vos collègues, amis, réseaux et familles, et rechercher des informations supplémentaires via vos services de santé gouvernementaux, le siège de l'EAI, et les liens en bas de page.

1

Qu'est-ce que la maladie du Coronavirus 2019 (COVID-19) ?

COVID-19 est une maladie respiratoire très contagieuse qui se propage d'une personne à l'autre par le biais de gouttelettes respiratoires en suspension dans l'air, par le contact avec des surfaces infectées puis du visage, ou par le partage de fluides avec une personne infectée. COVID-19 n'est PAS une grippe ou un rhume typique. En fait, cette maladie peut être bien pire, voire particulièrement mortelle pour les personnes ayant des problèmes de santé sous-jacents ou pour des personnes malades n'ayant pas accès à des soins de santé.

2

Qui peut attraper le COVID-19 ?

TOUT LE MONDE!

3

Quels sont les symptômes du COVID-19 ?

Les patients peuvent avoir une maladie respiratoire légère à sévère avec des symptômes variés : fièvre, toux, courbatures, maux de tête et / ou essoufflement. Cependant, il est possible d'être infecté et donc de propager le virus sans présenter de symptômes.

4

Que dois-je faire si je me sens souffrant ?

Ne paniquez pas. La plupart des personnes qui sont infectées par le COVID-19 présentent des symptômes légers, et leur état s'améliore sans qu'il n'y ait besoin d'une intervention médicale. Continuez à appliquer ces directives afin de réduire le risque de transmission du virus à d'autres personnes. Si vous éprouvez des difficultés à respirer, vous devez toutefois consulter un médecin et suivre les instructions de votre autorité sanitaire locale. Les autorités locales disposeront des informations les plus récentes sur la situation dans votre région, et seront plus à même de vous obtenir l'aide dont vous avez besoin.

5

Comment puis-je me protéger ?

Lavez-vous les mains fréquemment (et pendant 20 secondes) avec de l'eau et du savon, ou un désinfectant à base d'alcool. Pourquoi? Lorsque nous touchons des surfaces ou que nous nous serrons la main à quelqu'un, nous pouvons entrer en contact avec le virus du COVID-19. Se laver les mains régulièrement et soigneusement avec de l'eau et du savon, ou un désinfectant pour les mains à base d'alcool, tue le virus.

6

Pourquoi ne dois-je pas toucher mon visage ?

Évitez de toucher votre visage, en particulier vos yeux, votre nez et votre bouche. Pourquoi ? Nous ne réalisons pas à quel point nous touchons régulièrement des surfaces ou d'autres personnes, puis touchons notre visage. Une fois que les mains sont contaminées, elles peuvent transférer le virus par les yeux, le nez ou la bouche : de là le virus peut pénétrer dans le corps et infecter l'organisme.

7

Et si je dois tousser ou éternuer ?

Pratiquez l'hygiène respiratoire en couvrant votre bouche et votre nez avec votre coude plié ou un mouchoir lorsque vous toussiez ou éternuez, puis jetez immédiatement le mouchoir utilisé et lavez-vous les mains. Pourquoi? La toux et les éternuements projettent de petites gouttelettes de sécrétion depuis le nez et la bouche. Si ces gouttelettes sont contaminées par le virus et que vous ne pratiquez pas une bonne hygiène respiratoire, elles peuvent facilement transmettre l'infection à d'autres personnes directement ou via les surfaces où les fluides sont retombés.

8

Qu'est-ce que l'éloignement social ?

Pour éviter la propagation du virus, il est préférable de rester à la maison autant que possible. Si vous devez sortir, maintenez une distance sociale d'au moins 2 mètres (6 pieds) avec autrui, même si aucun individu n'est visiblement malade autour de vous. Pourquoi? Lorsqu'une personne tousse ou éternue, elle projette de petites gouttelettes de fluide par le nez ou la bouche. Or, même en l'absence de symptôme, une personne peut être porteuse du virus, et si vous êtes trop près, vous pouvez aspirer ces gouttelettes et devenir infecté.

9

Qui est le plus à risque ?

Toutes les personnes peuvent être infectées par le COVID-19. Si vous avez plus de 60 ans ou si vous avez une condition médicale sous-jacente comme une maladie cardiaque, une maladie pulmonaire ou le diabète, vous êtes plus à risque de développer des complications suite à une infection par le COVID-19. Soyez extrêmement vigilant, respectez ces directives, et consultez un médecin dès les premiers signes d'une forte fièvre ou de difficultés respiratoires.

10

Que se passe-t-il si j'ai voyagé depuis une zone où le COVID-19 a été détecté ?

Le COVID-19 est une pandémie mondiale, presque tous les pays du monde signalant des cas (au 1er avril 2020). Si vous avez voyagé en partant d'une zone affectée, vous devez vous mettre en quarantaine à l'arrivée pendant au moins 2 semaines. Si vous développez des symptômes pendant cette période (fièvre, toux, difficulté à respirer), consultez un médecin. Appelez votre prestataire de soins de santé avant de partir, et parlez-leur de votre voyage à venir et de vos symptômes. Vous recevrez des instructions sur la façon d'obtenir des soins sans exposer d'autres personnes au virus. Lorsque vous êtes malade, évitez tout contact avec les gens, ne sortez pas et retardez tout voyage pour réduire la possibilité de transmettre la maladie à d'autres personnes.

11

Existe-t-il un vaccin ou un traitement ?

Il n'existe actuellement aucun vaccin contre le COVID-19. La meilleure façon de prévenir l'infection est de prendre des mesures préventives quotidiennes, comme éviter les contacts étroits avec des personnes malades et se laver souvent les mains. Il n'y a pas de traitement antiviral spécifique contre le COVID-19. Les personnes infectées peuvent demander de l'assistance médicale pour aider à soulager les symptômes ou recevoir des soins d'urgence.

12

Où puis-je obtenir plus d'informations ?

Restez informés sur les derniers développements concernant le COVID-19. Suivez les conseils donnés par les professionnels de santé et votre autorité nationale et locale de santé publique. Vous pouvez rechercher des informations sur Internet, mais vérifiez vos sources et assurez-vous qu'elles soient fiables et valides.

**Cliquez ici pour accéder à
des sources globales
d'information**

Organisation Mondiale de la Santé
U.S. Centers for Disease Control
Johns Hopkins Coronavirus Resource Center