

Le Nouveau Coronavirus et Maladies Chroniques

QUELLES SONT LES MESURES À ENVISAGER ?

De prime abord, il faut bien prendre soin de soi et rester attentif quant à l'apparition des symptômes du covid-19. Si vous avez de la fièvre, de la toux ou des problèmes respiratoires, appelez les numéros économiques mis à votre disposition par le Ministère de la Santé: **Allo Veille Épidémiologique 0801004747, ALLO SAMU 141** ou **ALLO 300**.



وزارة الصحة
+٥٤٤ ٤٥٥ 1 18 00 4
Ministère de la Santé



Le nouveau coronavirus SARS-CoV-2 est de la famille des coronavirus. Il provoque une maladie contagieuse, qui touche l'appareil respiratoire et qui peut entraîner des complications sévères dans certains cas.

Pour plus d'informations

DANS QUELS CAS LE CORONAVIRUS DEVIENT-IL UNE MALADIE GRAVE?

Il se peut qu'il y ait des complications dans certains cas, chez :

- Les personnes âgées.



- Les personnes atteintes de maladies chroniques (maladies auto-immunes comme le cancer, les maladies respiratoires comme l'asthme, l'insuffisance rénale, le diabète, les maladies cardiovasculaires, l'hypertension artérielle...) ainsi que toute personne souffrant d'une maladie nécessitant la prise d'immunosuppresseurs.



QUELS SONT LES MESURES DE PRÉVENTION À ENVISAGER?

- Se laver fréquemment les mains avec de l'eau et du savon ou en utilisant du gel hydro-alcoolique pendant 40 secondes.



- Se couvrir la bouche et le nez avec un mouchoir jetable en cas de toux ou d'éternuement, puis se laver immédiatement les mains avec de l'eau et du savon.



- Éviter tout contact étroit et garder une distance minimale de 1m des personnes présentant une fièvre et/ou des signes grippaux et/ou respiratoires.



- Limiter autant que possible la fréquentation des établissements de santé et demander à votre médecin de revoir vos rendez-vous.

- Dans les espaces publics, éviter de toucher les surfaces (les boutons des ascenseurs, les poignées de portes, ...), et si vous êtes obligé de le faire, servez-vous d'un mouchoir en papier pour couvrir la main ou les doigts tout en évitant de se toucher le visage et en veillant toujours à se laver les mains juste après.

- Ne jamais partager les outils et les affaires à usage personnel (les verres, les serviettes, ...).

- Rester à la maison et opter pour le télétravail.

- Adopter un mode de vie sain et une alimentation équilibrée riche en fruits et légumes bien lavés et veiller à ce que les viandes et les œufs soient bien cuits.



QU'EN EST -IL DES MÉDICAMENTS PRESCRITS ?

- Continuer à prendre vos médicaments et à suivre le régime alimentaire recommandé par votre médecin.

- Se doter d'un stock de sécurité de médicaments dans la mesure du possible.



QUELS SONT LES INDICATEURS À SURVEILLER ?

- Les personnes âgées, les personnes atteintes de maladies auto-immunes, d'insuffisance rénale et de tuberculose, doivent vérifier leur température chaque jour. En cas de fièvre ou d'apparition de symptômes respiratoires ou de fatigue ou de douleurs articulaires, il est recommandé de demander l'avis du médecin traitant.

- Les diabétiques doivent mesurer leur glycémie au minimum 2 fois par jour, et s'ils remarquent une hypoglycémie ou une hyperglycémie persistante ou en cas d'apparition d'autres symptômes anormaux, il est recommandé de demander l'avis du médecin traitant.



- Les hypertendus aussi, doivent vérifier régulièrement leur pression artérielle et s'ils remarquent une hypotension ou une hypertension persistante ou en cas d'apparition d'autres symptômes anormaux, il est recommandé de demander l'avis du médecin traitant.

- Les asthmatiques doivent éviter les stimulateurs qui déclenchent les crises d'asthme et en cas d'apparition de symptômes anormaux, il est recommandé de demander l'avis du médecin traitant.