
Recommandations à destination des personnes atteintes de maladies auto-immunes / immunodéprimées

D'après les connaissances disponibles concernant le virus responsable de la maladie COVID-19, celui-ci se transmet par des gouttelettes émises par un patient malade, en particulier lors de contacts étroits. Les symptômes peuvent apparaître jusqu'à 14 jours après ce contact, et se manifestent le plus souvent par de la fièvre, accompagnée de toux.

La situation concernant le coronavirus COVID-19 nous amène à vous transmettre ces conseils. Ces éléments sont actualisés à la date du 16 mars 2020 mais peuvent être amenés à évoluer, nous vous recommandons de consulter le site dédié du gouvernement : www.gouvernement.fr/info-coronavirus

Vous concernant, il n'y a pour le moment pas de précaution supplémentaire par rapport aux recommandations gouvernementales pour la population générale. Nous recommandons ainsi de suivre les règles de bon sens habituelles, à savoir :

Bonne hygiène des mains : se laver les mains à l'eau et au savon, ou à l'aide d'une solution hydro-alcoolique plusieurs fois par jour, et après les éternuements (à faire au creux du coude) ou mouchages de nez (avec mouchoir à usage unique). Saluer sans se serrer la main. Porter un masque chirurgical jetable uniquement en cas de symptômes respiratoires et si des masques sont disponibles ; en l'absence de symptômes le port du masque n'est pas nécessaire.

Pas d'arrêt systématique des traitements immuno-suppresseurs et biothérapies, sauf en cas de signes d'infection (fièvre, toux, difficultés respiratoires, courbatures...) et uniquement sur avis médical du médecin référent qui vous suit pour votre pathologie ou de votre médecin de famille.

Pas d'arrêt intempestif des corticoïdes.

Pas de voyage dans les régions à risques (consulter le site du gouvernement : www.gouvernement.fr/info-coronavirus)

Éviter d'aller dans les lieux publics confinés.

Cependant, l'éviction scolaire n'est pas recommandée sauf instructions particulières des autorités en fonction du lieu de scolarisation.

Que faire en cas de fièvre ou si vous ne vous sentez pas bien?

En cas de fièvre supérieure ou égale à 38°C, ou de sensation de fièvre (frissons) ou de syndrome grippal (rhume, mal de gorge), ou de toux/crachat, ou de sensation de gêne respiratoire, ou en cas d'apparition d'une fatigue intense, de douleurs musculaires inhabituelles, de maux de tête, vous devez :

- Contacter votre médecin généraliste par téléphone pour définir l'orientation (accueil au cabinet sur un horaire dédié, orientation vers un autre cabinet prenant en charge les patients suspects de Covid, autre orientation)
- Uniquement en cas d'urgence, ou d'impossibilité de joindre votre médecin généraliste, contacter le Centre 15 en mentionnant vos antécédents médicaux et vos symptômes
- arrêter toute activité et rester dans une pièce de préférence seul(e) au calme,
- éviter tout contact rapproché et garder une distance d'au moins 1 mètre avec les personnes qui vous entourent en attendant l'arrivée du médecin.