

COVID-19, informations destinées aux patients et règles de conduite

Fiche d'informations pour la lutte contre les maladies infectieuses établie par les médecins experts dans le domaine

Pourquoi ai-je reçu cette fiche d'informations ?

Des tests ont montré que vous avez la COVID-19, ce qui implique une infection par le coronavirus SARS-CoV-2.

Qu'est-ce que la COVID-19 ?

La COVID-19 est une infection virale qui entraîne habituellement des symptômes bénins tels qu'un rhume, des maux de gorge, une toux et de la fièvre, mais certaines personnes peuvent tomber gravement malades et développer des problèmes respiratoires nécessitant une hospitalisation. D'autres symptômes peuvent être des douleurs musculaires, des maux de tête, de la fatigue, une altération de l'odorat et du goût ainsi que des maux d'estomac associés à une diarrhée.

Comment se propage la COVID-19 ?

La COVID-19 se répand par gouttelettes et par contact. Lorsqu'une personne éternue ou tousse, des micro-gouttelettes infectieuses se forment dans l'air. Toute personne se trouvant à proximité peut donc être infectée. Une fois les gouttelettes déposées sur des surfaces ou des objets, les agents infectieux peuvent être transmis à partir de ces surfaces et objets, le plus souvent par les mains. Le délai entre la contamination et l'apparition des premiers symptômes (la période d'incubation) varie de 2 à 14 jours. Le plus fréquemment, le délai est de cinq jours.

Combien de temps suis-je contagieux-se ?

- Dès lors qu'au moins 7 jours se sont écoulés depuis que vous êtes tombé·e malade et que votre état de santé général s'est amélioré, sans présence de fièvre pendant 2 jours, vous n'êtes plus considéré·e comme contagieux·se. Cela signifie que la période de contagion la plus courte est estimée à 7 jours. Si, après cette période, vous avez encore des symptômes tels qu'une toux sèche, des problèmes respiratoires et une perte du goût, vous n'êtes néanmoins pas considéré·e comme contagieux·se.
- Si vous avez fait l'objet d'un prélèvement alors que vous n'aviez aucun symptôme, un délai de 7 jours s'applique à compter de la date de prélèvement. Si vous développez des symptômes après le prélèvement, reportez-vous aux éléments précédents.
- Si vous avez été hospitalisé·e pour votre infection à la COVID-19 ou si vous vivez en maison de retraite, on estime généralement la période de contagion à au moins 14 jours à compter du jour où vous êtes tombé·e malade. Votre médecin vous indiquera combien de temps vous êtes considéré·e comme contagieux·se.

À quoi dois-je penser pour ne pas infecter les autres - règles de conduite

La COVID-19 est une maladie dangereuse pour la santé et la société, qui a été soumise à la loi suédoise relative à la protection contre les maladies infectieuses. Pour empêcher l'infection d'autrui, cela implique donc que vous devez suivre des règles de conduite ci-dessous pendant la période infectieuse.

Les règles de conduite peuvent impliquer de :

- ne pas se rendre au travail, à l'école ou à la maternelle. Le télétravail et l'enseignement à distance sont d'excellentes alternatives. Vous ne devez pas non plus participer à des activités de loisir où vous êtes susceptible de rentrer en contact avec d'autres personnes, comme par exemple des entraînements sportifs.
- suivre des procédures d'hygiène spécifiques : Vous devez faire attention à l'hygiène de vos mains, tousser dans votre coude ou dans un mouchoir et non pas en direction d'autres personnes.
- Vous devez signaler être atteint·e de la COVID-19 lors de vos contacts avec le personnel de santé.
- Sur demande de votre médecin généraliste, vous devrez le consulter de nouveau ou le contacter par téléphone.

Que dois-je faire pour protéger les autres contre l'infection ?

Selon la loi suédoise relative à la protection contre les maladies infectieuses, toute personne atteinte d'une maladie infectieuse doit faire ce qui est nécessaire pour protéger les autres contre l'infection (devoir de protection). Cela signifie que, pendant la période de contagion, vous ne devez pas rencontrer d'autres personnes que celles qui vivent avec vous et ne pas prendre les transports en commun. Vous devrez également essayer de garder vos distances avec les personnes avec lesquelles vous vivez dans la limite du possible, par exemple en étant isolé·e dans une pièce séparée. Vous pouvez rester à l'extérieur tant que vous gardez vos distances avec les autres.

Vous devez également informer les personnes vivant à votre domicile, contacts familiaux, et les autres personnes avec lesquelles vous êtes en contact étroit, comme le personnel de santé, y compris le personnel de soins à domicile, que vous avez été contaminé·e par la COVID-19.

Vous devez également participer au suivi lié à la propagation de l'infection. Vous recevrez des informations sur la marche à suivre lorsque vous recevrez les résultats de vos tests.

Que se passe-t-il si j'ai besoin de soins pour la COVID-19 ou une autre maladie ?

Vous ne devez pas vous rendre directement dans un centre de soins / d'urgence de proximité / à l'hôpital. Contactez d'abord par téléphone le Guide de santé au 1177 afin d'être redirigé·e vers le bon interlocuteur de santé et l'informer de votre contamination à la COVID-19.

Si votre état de santé devient critique, appelez le 112.

Comment faire appel de la décision m'imposant de suivre des règles de conduites ?

Si vous vous opposez à une règle de conduite qui vous a été imposée, vous pouvez contacter le médecin spécialiste des maladies infectieuses de votre région.