

Recommandations concernant l'isolement à domicile en raison de COVID-19 avec une pathologie légère* et de soupçons de Covid-19

*Modifié d'après : "Home Care for Patients with Suspected Novel Coronavirus (2019-nCoV) infection presenting with mild symptoms and management of contact" Interim guidance (WHO, 4 February 2020);

- Loger le patient dans une chambre individuelle, bien aérée.
- Le patient devrait éviter les pièces utilisées en commun (p.ex. la cuisine). Si ce n'est pas possible veillez à ce que la pièce soit bien aérée (p.ex. fenêtres ouvertes).
- Le malade devrait dormir seul dans sa chambre. Si cela n'est pas possible utilisez des lits individuels avec une distance d'au moins 1 m entre les deux.
- L'idéal serait qu'une seule personne se charge des soins. Elle devrait être en bonne santé sans maladies chroniques ni immunodéficience.
- Tant que persistent des symptômes ainsi que le risque de contagion le patient ne devrait pas recevoir de visite.
- Placer un désinfectant virucide (gel ou spray à base d'alcool), facilement accessible, à la sortie de la chambre – si vous en trouvez.
- Désinfectez-vous les mains après tout contact avec le patient ou son environnement proche, ainsi qu'en quittant la chambre : frottez-les avec 3 ml de désinfectant pendant au moins 30 secondes (voir recommandations dans l'internet) ou lavez-vous les mains soigneusement.
- Tous les membres du ménage doivent observer une hygiène stricte : se laver les mains après toute contamination, avant et après de cuisiner, après les repas, après être allé aux toilettes. Portez des gants quand vous faites des achats ou d'autres activités à l'extérieur et ouvrez les portes, autant que possible, avec le coude en évitant de toucher les poignées avec les mains. Lavez et changez les gants en coton tous les jours.
- Essuyez-vous les mains, autant que possible, avec des serviettes en papier. Si ce n'est pas possible utilisez une serviette individuelle et changez-la tous les jours.
- Le patient devrait porter continuellement, autant que possible, un masque de protection couvrant la bouche et le nez. Si cela n'est pas toléré ou si des masques ne sont pas disponibles utiliser des mouchoirs en papier posés devant la bouche et le nez pour tousser ou éternuer à jeter immédiatement après l'usage.
- La personne soignante devrait porter un masque de protection dans la chambre du malade ainsi que des gants à usage unique.
- Les masques de protection ne doivent être touchés qu'aux supports. Changez-les s.v.p. dès qu'ils deviennent humides ou contaminés.
- Les masques de protection et les gants à usage unique ne doivent jamais être réutilisés après l'usage. Chaque fois que vous enlevez le masque ou les gants désinfectez-vous les mains.
- La vaisselle et les couverts du patient ne doivent être utilisés que par lui, lavés régulièrement et réutilisés que par lui-même.
- Si le ménage est équipé de deux toilettes l'une d'entre elle devrait être mise à disposition du patient exclusivement.
- Les surfaces de la chambre du patient (p.ex. la table de chevet, le cadre du lit, les poignées des portes) doivent être nettoyées régulièrement, les surfaces de la salle de bain et des toilettes au moins tous les jours.
- Nettoyez les surfaces d'abord avec un produit de nettoyage courant, ensuite appliquez un désinfectant surfaces virucide disponible en drogueries ou pharmacies. Portez un masque de protection et des gants pendant le nettoyage.

- Lavez le linge, la literie et les serviettes du patient avec un détergent courant à 60° - 90°. Mettez le linge sale dans un sac à lavage et tâchez de le toucher le moins possible (de préférence en utilisant des gants à usage unique).
 - Mettez les gants, les masques et autres déchets hygiéniques dans un récipient/sac en plastique hermétique et gardez-les ainsi pendant trois jours. Ensuite ils peuvent être jetés avec les ordures ménagères.
 - Tous les membres du ménage doivent veiller à ne pas se contaminer avec les objets d'usage courant du patient ou de son environnement tel que sa brosse à dents ou ses serviettes. Essayez d'éviter strictement de toucher votre visage (yeux, nez, bouche) pendant que vous êtes en contact avec le patient.
-

Modifié d'après : *"Home Care for Patients with Suspected Novel Coronavirus (2019-nCoV) infection presenting with mild symptoms and management of contact"* Interim guidance (WHO, 4 February 2020);

Auteurs (en ordre alphabétique):

Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin [Société allemande de médecine générale „DEGAM“]

Hanna Kaduszkiewicz, Michael M. Kochen, Josef Pömsl,

SLK Leitungsteam der DEGAM [équipe de direction de la commission pour l'élaboration de lignes directrices de la DEGAM]

© DEGAM 20.03.2020

Traduction André Jablonski