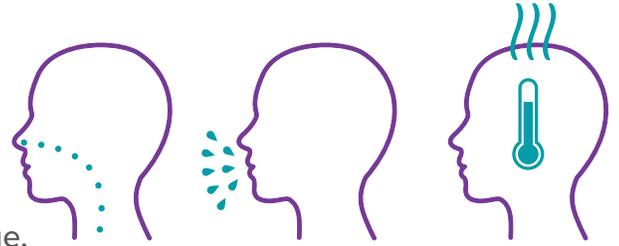


# Que faire si vous êtes atteint(e) du COVID-19

## APPRENEZ COMMENT PRENDRE SOIN DE VOUS ET D'AUTRES À LA MAISON.

### Quels sont les symptômes du COVID-19 ?

- Les symptômes très variés, allant de légers à graves. Certaines personnes n'ont aucun symptôme.
- Les symptômes les plus fréquents sont la fièvre ou les frissons, l'essoufflement ou la difficulté à respirer, la fatigue, les maux musculaires ou courbatures, les maux de tête, la perte du goût ou de l'odorat, les maux de gorge, le nez bouché ou qui coule, les nausées ou vomissements, et la diarrhée.



### Qui est le plus à risque de maladie grave due au COVID-19 ?

- Chez les adultes, le risque de maladie grave augmente avec l'âge, les personnes âgées étant les plus exposées.
- Les personnes de tout âge qui ont des problèmes de santé sous-jacents, tels que :
  - cancer
  - maladie rénale chronique
  - BPCO (maladie pulmonaire obstructive chronique)
  - système immunitaire affaibli en raison d'une greffe d'organe
  - obésité
  - trouble cardiaque grave
  - drépanocytose
  - diabète de type 2
- Si vous avez un problème de santé sous-jacent qui augmente votre risque de contracter gravement le COVID-19 ou si vous avez 65 ans ou plus, envisagez de rester à la maison autant que possible pour vous protéger.



### Que dois-je faire si je présente des symptômes du COVID-19 ?

- **Restez chez vous !** Ne quittez pas votre domicile, sauf pour vous soumettre à des tests de dépistage du COVID-19, pour recevoir d'autres soins médicaux indispensables ou pour vous procurer des produits de première nécessité tels que des produits alimentaires si quelqu'un ne peut pas les obtenir pour vous. Ne vous rendez pas au travail, même si vous faites partie des travailleurs essentiels.
- **Parlez avec votre prestataire de soins de santé !** Utilisez le téléphone ou la télémédecine lorsque c'est possible.
- **Faites-vous tester !** Si votre professionnel de santé ne propose pas de tests, consultez [nyc.gov/covidtest](https://nyc.gov/covidtest) ou **appelez le 311** pour trouver un centre de dépistage près de chez vous. De nombreux endroits proposent un dépistage gratuit.
- **Appelez le 911 en cas d'urgence !** Si vous avez de la difficulté à respirer, de la douleur ou de la pression dans la poitrine, si vous êtes confus(e) ou si vous ne pouvez pas rester éveillé(e), ou pour toute autre urgence médicale, allez à l'hôpital ou **appelez le 911** immédiatement.
- **Si vous devez quitter votre domicile :**
  - Évitez les endroits achalandés.
  - Restez à au moins 6 pieds des autres personnes.
  - Portez une protection faciale.
  - Lavez-vous les mains avant de partir et utilisez un désinfectant pour les mains lorsque que vous êtes à l'extérieur.



**Si vous êtes atteint(e) du COVID-19 ou si vous présentez des symptômes du COVID-19 et que vous habitez avec d'autres personnes :**

- Créez une distance physique :
  - Ne recevez pas de visiteurs.
  - Restez à au moins 6 pieds des autres personnes. Restez dans une pièce séparée, si possible.
  - Dormez tête aux pieds si vous partagez un lit avec une autre personne ou demandez-lui de dormir sur le canapé.
  - Gardez les personnes malades séparées des autres, surtout de celles à risque de maladie grave.
  - Envisagez de faire un séjour gratuit dans un hôtel réservé aux personnes atteintes de COVID-19. Consultez le site [nyc.gov/covid19hotel](https://nyc.gov/covid19hotel) ou appelez le **844-692-4692**.
- Couvrez-vous :
  - Portez une protection faciale, surtout lorsque vous êtes à moins de 6 pieds des autres.
  - Couvrez-vous la bouche et le nez avec un mouchoir ou votre bras lorsque vous toussiez ou éternuez.
- Soyez vigilant quant à la propreté :
  - Jetez les mouchoirs à la poubelle immédiatement après leur utilisation.
  - Lavez-vous souvent les mains à l'eau et au savon pendant 20 secondes, surtout après avoir toussé ou éternué.
  - Utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool si vous ne pouvez pas vous laver les mains.
  - Nettoyez fréquemment les surfaces que vous touchez, telles que les poignées de porte, les interrupteurs d'éclairage, les robinets, les téléphones et les télécommandes.
  - Lavez les serviettes, les draps et les vêtements au réglage le plus chaud possible avec votre détergent habituel et séchez-les complètement.
  - Ne partagez pas les aliments ou les ustensiles de cuisine avec d'autres personnes et lavez-les après chaque utilisation.



**Quand puis-je sortir de chez moi après avoir été malade ?**

Si vous avez été malade, restez à la maison jusqu'à ce que :

- au moins 10 jours se soient écoulés depuis l'apparition de vos symptômes
- la fièvre vous ait quitté(e) depuis au moins 24 heures sans usage de médicament pour baisser la fièvre
- votre état de santé général se soit amélioré

Si vous avez été testé positif au COVID-19 suite à un test de diagnostic virologique par prélèvement sur écouvillon ou de salive mais que vous n'avez jamais eu de symptômes, restez chez vous pendant 10 jours à compter de la date de votre test.



**BESOIN D'AIDE ?**

Si vous n'avez pas de médecin mais en avez besoin, **appelez le 844-692-4692**. La ville de New York fournit des soins, indépendamment du statut d'immigration ou de la capacité à payer.

Pour plus de renseignements sur le COVID-19, **appelez le 311** ou **consultez [nyc.gov/coronavirus](https://nyc.gov/coronavirus)**.