Rester chez soi pour freiner la propagation de l'épidémie

Nous sommes à présent en phase épidémique qui correspond à une circulation active du virus sur le territoire. L'ensemble du système sanitaire hospitalier et de ville, ainsi que les établissements médico-sociaux sont mobilisés pour protéger les populations fragiles, assurer la prise en charge des patients sans gravité en ville, et des patients avec signes de gravité en établissement de soins.

Ce dimanche 15 mars 2020, d'après les dernières données validées, on dénombre 5 423 cas confirmés par test PCR. Plus de 400 cas graves sont hospitalisés et 127 personnes sont décédées. Les formes graves sont signalées chez des personnes âgées ou fragiles mais également chez des adultes sans pathologies antérieures.

Des mesures fortes de distanciation sociale ont été annoncées. Il faut impérativement les respecter :

- Fermeture de tous les lieux publics (bars, restaurants, discothèques) sauf ceux indispensables à la vie du pays, notamment marchés, pharmacies, commerces alimentaires, banques, bureaux de tabac, essence à compter du 14 mars 2020 et jusqu'à nouvel ordre.

- Fermeture des crèches, écoles, collèges, lycées et universités pour une durée minimum de 15 jours, et autant que nécessaire, à partir du lundi 16 mars 2020, et mise en place d'un service de garde pour les personnels qui sont indispensables à la gestion de la crise sanitaire.

- Limitation des déplacements, des rassemblements, sauf ceux essentiels à la vie sociale et démocratique.

- Incitation forte à recourir au télétravail.

Ces mesures doivent être prises sérieusement : limiter les contacts permet de sauver des vies. En fonction des situations, chacun doit appliquer les recommandations suivantes :

 Je n'ai pas encore été exposé au Covid-19 à ma connaissance : j'applique en permanence les gestes et comportements qui permettent de freiner l'épidémie.

Je reste chez moi et je limite mes déplacements au maximum (courses, essence…) et j'évite tous les rassemblements. J'applique les gestes barrières : je me lave régulièrement les mains, je tousse et éternue dans mon coude, j'utilise des mouchoirs à usage unique et les jette immédiatement, je ne salue pas les autres par une poignée de main ou par une embrassade, je respecte une distance de 1 mètre avec toute autre personne.

 J'ai été en contact avec un cas confirmé de Covid-19 ou je vis avec un cas confirmé de Covid-19 : je m'isole et je surveille mon état de santé.

Je reste à mon domicile, je m'isole 2 semaines, je respecte scrupuleusement les gestes-barrières, je surveille ma température 2 fois par jour, je surveille l'apparition éventuelle de symptômes (toux, difficultés respiratoires, fièvre) et j'adopte le télétravail. Si des symptômes surviennent, je peux appeler mon médecin, mais je ne me déplace pas jusqu'à son cabinet, ni au laboratoire ni aux urgences.

 J'ai des symptômes (toux, fièvre) qui me font penser au Covid-19 :

Je reste à domicile, j'évite les contacts, j'appelle un médecin si besoin et ne me rends pas directement au cabinet, au laboratoire ou aux urgences ou j'appelle le numéro de permanence de soins de ma région. Je peux également bénéficier d'une téléconsultation. Si les symptômes s'aggravent avec des difficultés respiratoires et signes d'étouffement, j'appelle le SAMU-Centre 15.