

## Coronavirus (COVID-19)

### Questions courantes sur la COVID-19

Trouvez les réponses aux [questions courantes sur la COVID-19 \(en anglais uniquement\)](#). Apprenez comment la maladie se propage, combien de temps après l'exposition les symptômes apparaissent et quels symptômes il faut surveiller. Apprenez ce que vous pouvez faire pour la prévenir.

La maladie à coronavirus (COVID-19) est causée par un coronavirus. Les infections respiratoires causées par la COVID-19 sont apparues pour la première fois dans la ville de Wuhan, en Chine, en décembre 2019. L'éclosion a été déclarée urgence de santé publique de portée internationale par l'OMS le 30 janvier 2020 et déclarée pandémie le 11 mars 2020. Une maladie infectieuse est au stade de pandémie lorsqu'elle est présente sur toute la planète, ce qui diffère de l'épidémie où elle est généralement restreinte à une région ou à un pays.

Bien que la COVID-19 se soit déclarée à Wuhan, en Chine, le virus s'est répandu dans le monde entier, dont la Colombie-Britannique, province dans laquelle les cas font l'objet d'un suivi étroit.

### Comment le coronavirus se transmet-il?

Le coronavirus se propage des façons suivantes :

- Par la dispersion des gouttelettes dans l'air, lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue
- Par contact personnel étroit comme avec une poignée de mains ou un toucher des mains
- En touchant une surface ou un objet contaminé par le virus, puis en se touchant la bouche, le nez ou les yeux avant de se laver les mains

Il est important de se tenir à une distance d'environ 2 mètres d'une personne qui est malade, afin de réduire l'aspiration des gouttelettes qu'elle exhale en toussant ou éternuant.

### Quels sont les symptômes?

Voici les symptômes courants de l'infection :

- la fièvre
- la toux
- la difficulté à respirer
- le mal de gorge
- les éternuements.

La période d'incubation correspond au temps qui s'écoule entre le moment de l'exposition jusqu'à l'apparition des symptômes, soit jusqu'à 14 jours après l'exposition au virus de la COVID-19. C'est la période infectieuse la plus longue que nous connaissons pour cette maladie.

Si vous avez des questions au sujet de vos symptômes ou d'autres sujets, appelez HealthLinkBC en tout temps au **8-1-1**.

S'il vous faut consulter votre fournisseur de soins de santé, téléphonez-lui à l'avance afin qu'il puisse prendre les dispositions nécessaires pour pouvoir vous examiner de manière sécuritaire. Portez un masque afin de protéger les autres.

Faites part de ce qui suit à votre fournisseur de soins de santé :

- Vos symptômes
- Où vous vivez et les lieux que vous avez visités
- Si vous avez eu un contact direct avec des animaux (par exemple, si vous avez visité un marché de bestiaux)
- Si vous avez eu un contact étroit avec une personne malade, surtout si elle avait de la fièvre, une toux ou du mal à respirer

## Comment puis-je éviter d'être infecté?

La chose la plus importante à faire pour prévenir l'infection est de vous laver les mains régulièrement et d'éviter de vous toucher le visage, les yeux, le nez ou la bouche. Vous pouvez également mettre en pratique l'étiquette respiratoire et l'éloignement social.

Afin de réduire votre risque d'infection :

- Lavez-vous les mains souvent au savon et à l'eau pendant au moins 20 secondes. Utiliser du savon et de l'eau est le moyen le plus efficace de réduire la propagation de l'infection.
- Faute d'évier, vous pouvez employer des désinfectants à base d'alcool pour vous nettoyer les mains à la condition que la saleté sur vos mains ne soit pas visible. Dans le cas contraire, utilisez un chiffon, puis un désinfectant à base d'alcool pour bien les nettoyer.
- Ne vous touchez pas le visage, les yeux, le nez ou la bouche sans vous être lavé les mains.
- Une bonne étiquette respiratoire consiste à vous couvrir le nez et la bouche d'un mouchoir jetable ou à vous servir du creux de votre coude lorsque vous éternuez ou tousez.
- Nettoyez régulièrement les surfaces que vous touchez et désinfectez-les fréquemment.
- Ne partagez pas les aliments, les boissons, les ustensiles, etc.
- Évitez les espaces publics bondés, par exemple, les rassemblements de masse comme les concerts et les événements sportifs à l'exclusion des hôpitaux (en ce qui trait aux travailleurs de la santé) et des écoles.
- Pratiquez des mesures d'isolement social en gardant une distance d'au moins deux mètres entre vous et les autres.
- Évitez les poignées de main.

Afin d'obtenir de plus amples informations sur la manière de vous laver les mains, consultez :

- [HealthLinkBC File n° 85 Le lavage des mains : freinez la propagation des germes](#)
- [Agence de la santé publique du Canada : Évitez la propagation de COVID-19. Lavez vos mains.](#) (PDF 298 Ko)

## Devrais-je porter un masque?

- Ne portez un masque que si vous avez des symptômes de la COVID-19 (surtout la toux) ou que vous veillez sur quelqu'un qui en souffre.
- Un masque facial jetable ne peut être utilisé qu'une seule fois.
- Si vous n'êtes pas malade, son port peut se révéler moins efficace.

## Comment procède-t-on au test de la COVID-19?

Le Laboratoire de santé publique du Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique a élaboré des directives à l'intention des laboratoires pour les tests de diagnostic de la COVID-19. Si votre fournisseur de soins de santé soupçonne que vous êtes porteur du nouveau coronavirus, il prendra des dispositions pour vous faire passer des tests.

Le test peut être réservé aux patients qui présentent des symptômes (fièvre, toux ou difficulté à respirer) et qui ont voyagé récemment ou ont eu des contacts physiques étroits et prolongés avec une personne atteinte ou probablement atteinte.

Le test de dépistage de la COVID-19 est un prélèvement naso-pharyngé ou de la gorge effectué au moyen d'écouvillons.

## Existe-t-il un traitement contre la COVID-19?

Aucun traitement particulier n'existe pour la COVID-19. Il est possible de gérer un grand nombre de symptômes au moyen d'un traitement administré à domicile comme en buvant beaucoup de liquides, en se reposant et en utilisant un humidificateur ou une douche chaude pour apaiser le rhume ou le mal de gorge. La plupart des malades recouvrent la santé sans traitement après avoir contracté le coronavirus. Pour les malades plus gravement atteints, des soins de soutien ambulatoires ou en milieu hospitalier peuvent s'avérer nécessaires.

Pour obtenir de plus amples informations sur ce que vous pouvez faire si vous présentez des symptômes, consultez (uniquement en anglais) :

- [Colds](#)
- [Fever or Chills, Age 12 and Older](#)
- [Fever or Chills, Age 11 & Younger](#)
- [Respiratory Problems, Age 11 and Younger](#)
- [Respiratory Problems, Age 12 and Younger](#)

## Existe-t-il un vaccin contre la COVID-19?

Lors de l'apparition d'une nouvelle maladie comme la COVID-19, aucun vaccin n'est disponible jusqu'à ce qu'il soit mis au point. Des recherches sont en cours pour la création d'un vaccin. C'est une tâche qui exige un certain temps.

## Qu'est-ce que l'autosurveillance et l'auto-isolement?

### Autosurveillance

L'autosurveillance implique la surveillance de symptômes comme la fièvre, la toux et la difficulté à respirer pendant 14 jours. C'est le moment de surveiller votre état de santé et celui de vos enfants et de vos proches qui sont âgés ou souffrent de maladies chroniques. Les personnes qui pratiquent l'autosurveillance peuvent fréquenter l'école ou travailler et elles peuvent également prendre part à des activités normales.

Une méthode d'auto-surveillance active consiste à prendre votre température deux fois par jour, soit le matin et la nuit, à l'aide d'un thermomètre numérique oral (par la bouche). Si vous prenez des médicaments contre la fièvre comme de l'acétaminophène (Tylenol®) ou de l'ibuprofène (Advil®), il importe de consigner par écrit la température prise au moins 4 heures après la dernière dose.

Dès que vous présentez des symptômes de la COVID-19, vous devez commencer à pratiquer l'auto-isolement :

- Vous isoler dès que possible
- Appeler votre professionnel de la santé ou appeler HealthLinkBC au **8-1-1**
- Décrire vos symptômes et votre itinéraire de voyage. On vous donnera des conseils quant à la démarche à adopter

## Auto-isolement

Vous auto-isoler signifie rester à la maison et limiter les contacts avec d'autres pendant 14 jours, ce qui diminue les possibilités de propager la maladie, car les symptômes peuvent prendre jusqu'à 14 jours pour apparaître après l'exposition au virus. Au cours de cette période d'incubation, il y a un faible risque que vous soyez contagieux même si vous ne vous sentez pas malade. C'est pourquoi il est important de demander de s'isoler aux personnes qui risquent d'avoir été exposées à la maladie.

Afin de limiter le contact avec les autres, vous devriez :

- Rester à la maison
- Éviter les personnes atteintes de maladies chroniques, celles dont le système immunitaire est affaibli et les personnes âgées
- Éviter de recevoir des visiteurs
- Vous laver les mains souvent au savon et à l'eau chaude pendant 20 secondes
- Vous couvrir la bouche et le nez avec le bras lorsque vous toussiez ou éternuez

Pour de plus amples renseignements, consultez :

- [Agence de la santé publique du Canada : Maladie à coronavirus \(COVID-19\) : Comment s'isoler chez soi en cas de COVID-19 \(PDF 351 Ko\)](#)

Planifiez en fonction de ce que vous feriez si vous ou un membre deviez tomber malade et nécessiter des soins.

Pour obtenir de plus amples informations sur la manière de vous préparer, consultez :

- [Agence de la santé publique du Canada : Maladie à coronavirus \(COVID 19\) : Préparation](#)

## Pour obtenir d'autres ressources utiles, consultez :

- [Agence de la santé publique du Canada : À propos de la maladie à coronavirus \(COVID-19\) \(PDF 576 Ko\)](#)
- [Agence de la santé publique du Canada : Maladie à coronavirus \(COVID-19\) : Comment prendre soin d'une personne atteinte du COVID-19 à la maison – Conseils aux soignants \(PDF 348 Ko\)](#)
- [Agence de la santé publique du Canada : Maladie à coronavirus \(COVID-19\) : Les populations vulnérables et le COVID-19 \(PDF 336 Ko\)](#)

## Questions courantes sur la COVID-19

Pour connaître les réponses aux questions courantes sur le coronavirus, consultez :

- [BC Cancer Agency : COVID-19 and Cancer Treatments – Information for Patients \(uniquement en anglais\)](#)
- [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : Frequently Asked Questions on New Coronavirus \(COVID-19\) for Children and Students \(uniquement en anglais\)](#)
- [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : Novel coronavirus \(COVID-19\) \(uniquement en anglais\)](#)
- [Fraser Health Authority: Coronavirus Questions - General Public \(uniquement en anglais\)](#)
- [Gouvernement du Canada : Maladie à coronavirus \(COVID-19\) : Foire aux questions](#)
- [Vancouver Coastal Health Authority: Information on Coronavirus Disease \(COVID-19\) \(uniquement en anglais\)](#)
- [Organisation mondiale de la Santé : Maladie à coronavirus 2019 \(COVID-19\) : questions-réponses](#)

## Sites Web utiles

### Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique

Le Centre fournit des services de prévention et de promotion de la santé, ainsi que des services de diagnostic et de traitement afin de réduire les maladies chroniques et les maladies transmissibles, de prévenir les risques de blessures et les risques pour la santé liés à l'environnement. Le Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique offre également un appui analytique et stratégique aux gouvernements et aux autorités sanitaires.

- [BCCDC: 2019 Novel Coronavirus \(COVID 19 \) B.C. public health guidance for schools and childcare programs](#) (PDF 494 Ko)
- [BCCDC: Recommendations to Post Secondary Institutions Regarding 2019 Novel Coronavirus \(COVID 19\)](#) (PDF 260 Ko)
- General public : [Novel coronavirus \(COVID-19\)](#) (en anglais uniquement)
- Health Professionals: : [Novel coronavirus \(COVID-19\)](#) (en anglais uniquement)
- News and Updates : [Latest case counts on novel coronavirus](#) (en anglais uniquement)

### Agence de la santé publique du Canada (ASPC)

L'ASPC a pour mission de promouvoir la santé et de prévenir et de contrôler les maladies chroniques, les blessures et les maladies infectieuses. Elle intervient en cas d'urgences relevant de la santé publique. Afin d'obtenir de plus amples informations sur le COVID-19, y compris les conseils aux voyageurs, consultez :

- [Gouvernement du Canada : Maladie à coronavirus \(COVID-19\) : Mise à jour sur l'éclosion](#)
- [Gouvernement du Canada : Maladie à coronavirus \(COVID-19\) : Conseils aux voyageurs](#)
- [Gouvernement du Canada : Conseils de santé aux voyageurs](#)

### Organisation mondiale de la Santé (OMS)

L'OMS est un chef de file sur toutes les questions d'envergure mondiale liées à la santé. Cet organisme, qui surveille et évalue les problèmes de santé comme le COVID-19, fournit un soutien technique aux pays et établit des normes de santé. Pour de plus amples renseignements sur le nCoV-2019, consultez :

- [OMS : Flambée de maladie à coronavirus 2019 \(COVID-19\)](#)
- [OMS : Getting your workplace ready for COVID-19](#) (uniquement en anglais)

Si vous avez des questions sur votre santé, appelez HealthLinkBC au **8-1-1** en tout temps ou adressez-vous à votre fournisseur de soins de santé.

**Dernière mise à jour** : 13 mars 2020