LE NOUVEAU CORONAVIRUS

SARS-CoV-2

Les coronavirus peuvent infecter des personnes et provoquer différentes maladies, des **rhumes classiques** aux **infections graves** comme le MERS ou le SRAS.

Le SARS-CoV-2 peut être transmis **entre les humains.** Il s'est également avéré que des personnes aient été infectées par des individus ne présentant que des symptômes non spécifiques.

Les spécialistes estiment que la transmission du virus se fait principalement par la **projection de gouttelettes.**

Termes importants

Personne suspecte d'être contaminée: se dit d'une personne dont on peut supposer qu'elle a absorbé des agents pathogènes sans être malade, sans être suspecte de porter la maladie ou sans excréter d'agents pathogènes (porteur).

Porteur: se dit d'une personne excrétant des agents pathogènes, ce qui en fait une source de contamination potentielle pour les autres personnes alors qu'elle n'est pas malade ni suspecte de porter la maladie.

Par le passé, le **SRAS-CoV** et le **MERS-CoV** ont entraîné des épidémies de grande ampleur.

COVID-19 est le nom de la maladie déclenchée par le virus SARS-CoV-2.

La quarantaine est une mesure visant à vous protéger et à protéger chacun de nous contre une infection au nouveau coronavirus. Il s'agit d'une mise à l'écart temporaire des personnes suspectes d'être contaminées ou susceptibles d'excréter le virus. La quarantaine **a pour but d'endiguer la propagation de la maladie.**

DROITS ET RÈGLES

Dispositions légales

L'injonction imposant la quarantaine s'appuie sur l'article 30 de la loi allemande relative à la protection contre les infections (Infektionsschutzgesetz, IfSG).

En règle générale, les travailleurs subissant une perte de revenus en raison d'une injonction de quarantaine ont droit à une indemnisation financière. Leur interlocuteur est l'autorité dont émane l'injonction. !

Veuillez noter que tout manquement à une injonction de quarantaine est passible d'une amende ou d'une peine d'emprisonnement !

Par ailleurs, il est recommandé aux ressortissants de pays étrangers d'informer leur ambassade de l'injonction de quarantaine.

Tampon/Contactez-nous

Informations complémentaires

www.rki.de/covid-19 www.infektionsschutz.de

La traduction a été réalisée par le Centre fédérale pour l'éducation à la santé (BZgA). | Éditeur: Robert Koch-Institut, Berlin, 2020 | Rédaction: Informationsstelle des Bundes für Biologische Gefahren und Spezielle Pathogene (IBBS) | Fachgebiet 14 – Angewandte Infektions- und Krankenhaushygiene | Graphismes: www.goebel-groener.de | Photo de couverture: Gina Sanders – stock.adobe.com | Impression: RKI-Hausdruckerei

Le Robert Koch-Institut est un institut fédéral relevant du Ministère fédéral de la Santé

ROBERT KOCH INSTITUT

FICHE D'INFORMATION POUR LES PERSONNES CONCERNÉES (CONTACTS DES CAS DE COVID-19)

Infection au coronavirus et quarantaine à domicile

QUARANTAINE

14 JOURS CHEZ SOI

Rester chez soi.

La quarantaine est une mesure importante. Elle vise à vous protéger et à protéger chacun de nous contre une infection au nouveau coronavirus ainsi qu'à endiguer la propagation de la maladie. Elle a été ordonnée par l'autorité compétente – en règle générale votre autorité sanitaire. La durée de votre quarantaine a été déterminée avec précision. Cette mesure ne prend pas fin automatiquement, mais uniquement lorsqu'elle est levée par l'autorité compétente.

Vous faites partie des personnes suspectes d'être contaminées sans être malades ou suspectes de porter la maladie.

Des mesures de quarantaine sont prises pour le COVID-19, car cette maladie peut être aussi grave que le SRAS et le MERS, qui sont également provoqués par des coronavirus. Cependant, la propagation de COVID-19 dans la population est plus facile et plus rapide.

Il est très important que vous respectiez scrupuleusement la quarantaine et les règles d'hygiène – même si vous ne présentez aucun symptôme. En agissant ainsi, vous vous protégez et vous protégez les autres.

Mesures de protection : tousser et éternuer en suivant les règles, une bonne hygiène des mains et le maintien d'une distance suffisante sont des moyens d'empêcher la transmission du nouveau coronavirus.

[1] SRAS: Syndrome Respiratoire Aigu Sévère
[2] MERS: syndrome respiratoire du Moyen-Orient

PRISE EN CHARGE

Trouver de l'aide.

Soins médicaux:

- Contactez votre médecin traitant ou spécialiste si vous avez besoin de toute urgence de médicaments ou d'une prise en charge médicale en raison d'une autre maladie.
- Indiquez ce dont vous avez besoin et précisez que vous êtes en quarantaine.
- En cas de problèmes médicaux susceptibles de conduire au non-respect de la quarantaine, contactez votre autorité sanitaire.

Contactez immédiatement votre autorité sanitaire (Gesundheitsamt) si vous pensez être malade ou présentez les symptômes suivants: toux, rhume, essoufflement de type infectieux, fièvre.
www.rki.de/mein-gesundheitsamt

En cas de pathologies aigües, d'intoxications ou de blessures graves potentiellement mortelles, composez le numéro **d'appel d'urgence (112). Respectez les règles générales s'appliquant lors d'un appel d'urgence et indiquez que vous êtes en quarantaine!**

Approvisionnement en denrées alimentaires:

- Demandez à des membres de votre famille, à des amis ou à des voisins de vous aider. Vous pouvez faire déposer les denrées alimentaires devant votre porte.
- Le cas échéant, les pompiers, les secours techniques (Technisches Hilfswerk, THW) ou des bénévoles de votre commune peuvent vous aider.

BIEN-ÊTRE

Situation pour la famille.

Pour les familles avec des enfants, une quarantaine à domicile peut entraîner de grandes difficultés, notamment en ce qui concerne la prise en charge des enfants.

- Essayez de garder le contact entre vous dans la mesure du possible.
- Si, après la quarantaine, des éléments vous conduisent à penser que vos enfants sont exclus à la crèche ou à l'école, parlez-en au personnel éducatif.

Préserver sa santé mentale.

Une quarantaine peut provoquer des problèmes psychosociaux. Il s'agit par exemple d'angoisses et d'inquiétudes face à une infection potentielle, d'un sentiment d'exclusion, de solitude, de stress ou de troubles du sommeil.

- Même si vous ne devez pas être en contact direct avec d'autres personne, restez en contact avec vos amis et votre famille par le biais du téléphone, d'Internet ou d'autres moyens de communication.
- Vous pouvez également réfléchir à ce qui pourrait vous aider dans les situations difficiles.
- Ayez recours aux services d'aide téléphonique disponibles, par exemple de soutien psychologique ou les services de crise.
- Pendant votre quarantaine à domicile, profitez de votre temps libre pour faire du sport (par exemple avec un vélo d'appartement, ou en réalisant des exercices de gymnastique simples). Ceci vous permet de rester en forme et d'éliminer le stress négatif.