

Patient Education

Instructions pour le congé en cas de COVID-19 et en cas de grossesse

Vous devez lire attentivement la rubrique « Renseignements destinés aux consommateurs et exclusion de responsabilité » ci-dessous afin de comprendre et d'utiliser correctement ces informations.

À ce sujet

La maladie à coronavirus 2019 est également connue sous le nom de COVID-19. Il s'agit d'une maladie virale qui touche les poumons. Elle est causée par un virus appelé coronavirus associé au SRAS (SRAS-CoV-2). Les médecins ne savent pas grand-chose des effets de la COVID-19 sur la grossesse. Ils pensent qu'il est possible de transmettre la COVID à votre bébé pendant que vous êtes encore enceinte, pendant l'accouchement ou après la naissance du bébé. Vous pouvez présenter un risque plus élevé d'accoucher prématurément. Les bébés nés trop tôt peuvent être atteints de graves problèmes de santé.

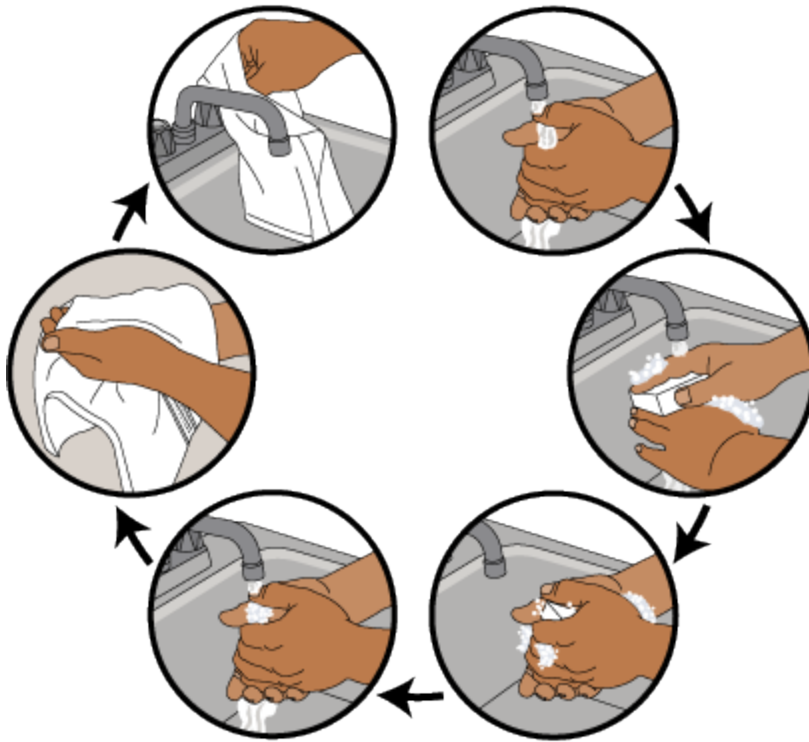
Les symptômes de la COVID-19 sont similaires à ceux de la grippe, mais peuvent être beaucoup plus graves. Vous pouvez avoir une toux, de la fièvre, des frissons ou des tremblements et éprouver des difficultés à respirer. Vous pouvez être très fatigué(e), avoir des courbatures, des maux de tête ou des maux de gorge. Certaines personnes ont des nausées ou la diarrhée. D'autres perdent l'odorat ou le goût. Ces symptômes sont susceptibles de ne pas se manifester en permanence et ils peuvent aller et venir lorsque vous êtes malade.

Le virus se propage facilement par des gouttelettes lorsque vous parlez, éternuez ou toussiez. Vous pouvez transmettre le virus à d'autres personnes lorsque vous parlez ensemble ou que vous vous enlacez, lorsque vous chantez, partagez de la nourriture ou serrez la main. Les médecins pensent que les germes survivent également sur des surfaces comme les tables, les poignées de porte et les téléphones. Cependant, ce n'est pas la manière la plus courante dont la COVID-19 se propage. Les médecins pensent que l'on peut également propager l'infection même si on ne présente aucun symptôme, mais ils ne savent pas comment cela se produit. C'est pourquoi se faire vacciner constitue l'un des meilleurs moyens pour ralentir la propagation du virus.

Certaines personnes présentent un cas bénin de COVID-19 et peuvent rester chez elles jusqu'à ce qu'elles se sentent mieux. Votre médecin peut vous surveiller de plus près si vous êtes malade et enceinte. Il faudra peut-être hospitaliser certaines personnes si elles sont très malades. Les personnes atteintes de la COVID-19 doivent s'isoler. Vous pouvez recommencer à vous entourer d'autres personnes lorsque votre médecin vous en donne l'autorisation.

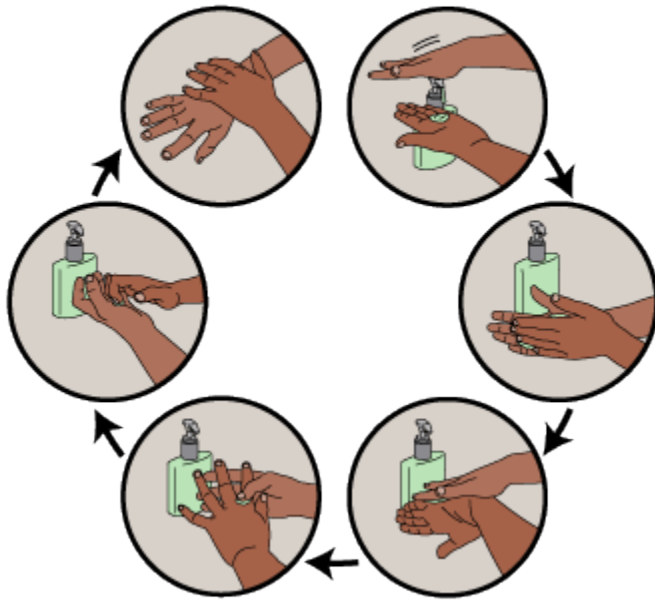
Image Filename

Lavage des mains



Frottez pendant
20 secondes

Désinfection des mains



Quels sont les soins à effectuer à domicile?

- Consultez votre médecin pour savoir ce que vous devez faire une fois rentré(e) chez vous. N'hésitez pas à poser des questions si vous ne comprenez pas ce que dit le médecin.
- Le personnel peut vous demander de porter un masque sur votre bouche et votre nez lorsque vous êtes en train d'accoucher. Vous devrez peut-être également porter un masque lorsque vous tiendrez votre bébé. Si vous avez la COVID-19, il se peut que vous ne puissiez pas tenir votre bébé ou être près de lui jusqu'à ce que vous vous sentiez mieux.
- Buvez beaucoup d'eau, de jus de fruit ou de bouillon pour pallier la déshydratation provoquée par la fièvre.
- Vous pouvez utiliser des brumisateurs pour soulager la congestion et la toux.
- Utilisez deux ou trois oreillers pour vous appuyer lorsque vous êtes en position allongée afin de faciliter la respiration et le sommeil.
- Ne fumez pas et ne buvez pas de bière, de vin ou de mélanges alcoolisés.
- Pour réduire le risque de transmission de l'infection à d'autres personnes, faites-vous vacciner contre la COVID-19.
- Si vous n'êtes pas complètement vacciné(e) :
 - **Portez un masque sur votre bouche et votre nez si vous êtes en présence d'autres personnes** qui ne sont pas malades. Les masques en tissu fonctionnent mieux s'ils comportent plusieurs couches de tissu.
 - Portez un masque sur votre bouche et votre nez lorsque vous nourrissez ou tenez votre bébé, ou lorsque vous tirez du lait maternel pour votre bébé.
 - Lavez-vous souvent les mains.
 - Restez chez vous, dans une pièce séparée, à l'écart des autres si possible. Sortez uniquement pour des soins médicaux.
 - Utilisez une salle de bain séparée, si possible.
 - Ne préparez pas de repas pour les autres.

Quel est le suivi requis en matière de soins?

- Il se peut que votre médecin vous demande de vous rendre régulièrement à son cabinet pour suivre votre évolution. Ne manquez pas ces rendez-vous. Veillez à porter un masque lors de ces rendez-vous.
- Si vous le pouvez, dites au personnel que vous avez la COVID-19 à l'avance afin qu'il puisse prendre des précautions supplémentaires pour empêcher la maladie de se propager.
- Quelques semaines peuvent s'écouler avant que vous ne soyez à nouveau en bonne santé.

Quels pourraient être les médicaments à prendre?

Le médecin peut prescrire des médicaments pour :

- Réduire la fièvre

L'activité physique doit-elle être limitée?

Il vous faudra peut-être limiter votre activité physique. Consultez votre médecin pour connaître la quantité d'activités qui vous convient. Si vous avez gravement été atteint(e) de la COVID-19, votre récupération peut prendre un certain temps.

D'autres soins seront-ils nécessaires?

Les médecins ne savent pas pendant combien de temps on peut transmettre le virus à d'autres personnes lorsque l'on est malade. Les experts estiment qu'il n'y a qu'un très faible risque de transmettre le virus à votre bébé à travers votre lait maternel. Vous voudrez peut-être avoir l'aide d'un adulte en bonne santé pour nourrir votre bébé. Sinon, faites très attention en vous lavant correctement les mains et en portant un masque. Évitez de toucher votre visage, votre bouche ou vos yeux et évitez également de toucher le visage, la bouche ou les yeux de votre bébé.

Pour l'instant, les médecins vous donnent des directives générales à suivre lorsque vous êtes malade. Avant de rencontrer d'autres personnes, vous devez :

- Être sans fièvre pendant 3 jours sans prendre de médicaments pour la faire baisser
- Ne présenter aucun symptôme de toux ou d'essoufflement
- Attendre au moins 10 jours après l'apparition des premiers symptômes ou de votre premier test positif, et vous ne devez pas non plus présenter les symptômes indiqués ci-dessus. Certains spécialistes suggèrent d'attendre 14 jours.

Discutez avec votre médecin des vaccins contre la COVID-19.

Quels problèmes pourraient survenir?

- Déshydratation. C'est ce que l'on appelle la déshydratation.
- Dommages aux poumons de courte ou longue durée
- Troubles cardiaques
- Décès

Quand dois-je appeler le médecin?

- Symptômes d'infection. Entre autres : fièvre de 38 °C (100,4 °F) ou plus, frissons; toux; augmentation des expectorations ou changement de couleur des expectorations.
- Vous avez tellement de mal à respirer que vous ne pouvez dire qu'un ou deux mots à la fois.
- Vous devez rester en position verticale à tout moment pour pouvoir respirer et/ou vous ne pouvez pas vous allonger.
- Vous avez du mal à respirer en parlant ou en restant assis(e).
- Vous avez des urines très foncées ou vous n'urinez pas pendant plus de 8 heures.

- Votre bébé bouge moins que d'habitude ou ne bouge plus.
- Signes d'une maladie dangereuse appelée « prééclampsie », caractérisée par un mal de tête très intense ou qui ne disparaît pas, des changements de vision ou des douleurs dans le haut du ventre.

Reformuler les informations transmises pour vous aider à comprendre

La méthode « Teach Back » vous aide à mieux comprendre les renseignements qui vous sont donnés. Après avoir discuté avec le personnel médical, répétez-lui, avec vos propres mots, ce que vous avez appris. Cela permet de s'assurer que le personnel a clairement décrit chaque élément. Cela aide également à expliquer des choses qui peuvent avoir été déroutantes. Avant de rentrer à la maison, assurez-vous de pouvoir faire ce qui suit :

- Je peux vous décrire l'affection dont je souffre.
- Je peux vous décrire ce qui pourrait faciliter ma respiration.
- Je peux vous décrire les mesures que je peux adopter pour empêcher la transmission de mon infection aux autres et à mon bébé.
- Je peux vous dire ce que je ferai si j'ai du mal à respirer, si mon bébé bouge moins ou si mon urine est de couleur très foncée.

Information à l'intention des consommateurs et avis de non-responsabilité.:

Cette information ne constitue pas un conseil médical précis et ne remplace pas les renseignements communiqués par votre fournisseur de soins de santé. Il s'agit uniquement d'un résumé de renseignements d'ordre général. Elle NE comprend PAS de renseignements exhaustifs concernant les affections, les maladies, les blessures, les tests, les procédures, les traitements, les thérapies, les instructions pour le congé ou les choix de mode de vie qui sont susceptibles de s'appliquer à votre cas. Pour obtenir de l'information complète sur votre santé et les options de traitement à votre disposition, vous devez consulter votre fournisseur de soins de santé. Cette information ne doit pas être utilisée pour décider si vous devez accepter ou non les conseils donnés par votre fournisseur de soins de santé, ses instructions ou ses recommandations. Seul votre fournisseur de soins de santé, grâce à ses connaissances et à sa formation, est en mesure de vous fournir les conseils adaptés à votre cas. <https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms>

Last Updated 4/13/22



© 2022 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.