

Qu'est-ce que l'isolement ?



L'isolement s'adresse aux personnes dont le test est positif ou qui ont des symptômes de la COVID-19. Vous êtes contagieux(se) et pouvez transmettre le virus à d'autres personnes 2 jours avant l'apparition des premiers symptômes et jusqu'à la fin de votre période d'isolement. Si vous n'avez jamais eu de symptômes, vous êtes contagieux(se) 2 jours avant le jour où vous avez été testé(e) pour la COVID-19. Toute personne, qui est entrée en contact direct avec vous pendant cette période, doit être mise en quarantaine.

Même dans votre propre maison, vous devez rester aussi loin que possible des autres personnes. Restez chez vous sauf si vous devez recevoir des soins médicaux.

L'isolement signifie :



Restez chez vous



Si vous êtes malade et que vous devez être à moins de 2 mètres de quelqu'un dans votre maison, vous devez tous les deux porter un masque



Séjournes dans une pièce différente de celle des autres occupants de votre maison



Utilisez une salle de bains différente



Nettoyez les surfaces qui sont souvent touchées (téléphones, poignées de porte, interrupteurs, boutons de chasse d'eau, robinets, comptoirs et tout ce qui est en métal)



Essayez de ne pas utiliser les mêmes objets personnels que les autres occupants

Qu'est-ce que l'isolement ?

Quand puis-je mettre fin à mon isolement ?

Vous devez vous isoler jusqu'à ce que :

- vous n'avez pas eu de fièvre pendant 24 heures (cela signifie que vous n'avez pas utilisé de médicaments pour faire baisser votre fièvre), et
- vos symptômes respiratoires se soient améliorés pendant 24 heures, et
- cela fasse au moins 10 jours que vous êtes tombé(e) malade pour la première fois.
- Si vous n'avez pas eu de symptômes, isolez-vous pendant 10 jours à partir du jour où vous avez été testé(e).

Combien de temps les personnes qui vivent avec moi doivent-elles être mises en quarantaine ?

Il peut être très difficile de rester isolé(e) des personnes atteintes de la COVID-19 et qui vivent chez vous. Toute personne vivant chez vous doit être mise en quarantaine pendant 10 jours à compter de la dernière fois où elle a été en contact direct avec vous lors de l'isolement. Cette quarantaine de 10 jours recommence à chaque nouveau contact étroit avec vous alors que vous êtes contagieux(se). Ces personnes ne doivent pas mettre fin à leur quarantaine avant 10 jours, même si leur test est négatif.

Si vous avez besoin de soins médicaux.

Si vos symptômes empirent ou si vous sentez que vous avez besoin de soins médicaux, demandez immédiatement une aide médicale. Vous pouvez vous rendre en toute sécurité à l'hôpital ou au cabinet médical. Portez un masque et informez les personnels de la santé que vous avez été testé(e) positif(e) pour la COVID-19.

Si vous présentez l'un de ces signes avant-coureurs indiquant que vous avez besoin d'un traitement d'urgence*, demandez immédiatement une aide médicale :



**Difficultés à respirer
ou essoufflement**



**Douleur ou pression
dans la poitrine qui
ne disparaît pas**



**Sentiment de confusion
ou difficulté à se réveiller**



**Si vos lèvres ou votre
visage semble(nt)
bleuâtre(s)**

*Ces symptômes ne sont pas les seuls à indiquer que vous avez besoin d'un traitement d'urgence. Appelez votre médecin si vous êtes inquiet(ète).