

Pendant combien de temps dois-je rester à la maison ?

Directives de quarantaine et d'isolement



Mise à jour : 11 janvier 2022

Les directives de quarantaine et d'isolement continuent à évoluer à mesure que nous obtenons davantage de données et que nous en savons plus sur la durée de l'immunité due à la vaccination et à l'infection naturelle, ainsi que sur la durée de la contagion d'une personne. Les [données](#) montrent que l'immunité, tant après une infection qu'après une vaccination, s'amenuise au fil du temps.

Les conseils de quarantaine dépendent de si votre [parcours vaccinal contre la COVID-19 est complet](#). Un parcours vaccinal contre la COVID-19 complet signifie avoir reçu toutes les doses du parcours primaire, et la dose de rappel. Les données montrent que la dose de rappel offre une meilleure protection contre le variant Omicron. Nous continuerons à mettre à jour les directives de quarantaine et d'isolement au fil de l'obtention de données sur la durée de l'immunité développée après une infection ou une vaccination.

L'isolement s'adresse aux personnes dont le test est positif ou qui ont des symptômes de la COVID-19. La quarantaine s'adresse aux personnes qui peuvent avoir été exposées à la COVID-19.

Si vous avez 18 ans ou plus et si vous êtes testé positif à la COVID-19

Votre système immunitaire est-il affaibli ?	Combien de jours devez-vous rester à la maison ?
Non, mon système immunitaire n'est pas affaibli.	5 jours à compter du test positif. Si vous êtes toujours malade ou si vous avez des symptômes après 5 jours, restez à la maison jusqu'à ce que vous alliez mieux.
Oui, mon système immunitaire est affaibli ou j'ai été gravement malade de la COVID-19 (cela signifie que vous avez été hospitalisé, en réanimation ou branché à un respirateur).	Si votre système immunitaire est affaibli, vous pouvez être contagieux pendant plus longtemps que d'autres personnes. Vous pouvez avoir besoin de rester à la maison pendant 10 à 20 jours (ou plus). Si vous avez été gravement malade de la COVID-19 ou si votre système immunitaire est affaibli, parlez à votre médecin afin de savoir quand vous ne serez plus contagieux.

Si votre enfant est testé positif à la COVID-19

Le système immunitaire de votre enfant est-il affaibli ?	Combien de jours votre enfant doit-il rester à la maison ?
Non, le système immunitaire de mon enfant n'est pas affaibli.	5 jours à compter du test positif de votre enfant. Si votre enfant est toujours malade ou s'il a des symptômes après 5 jours, il doit rester à la maison jusqu'à ce qu'il aille mieux.
Oui, le système immunitaire de mon enfant est affaibli ou il a été gravement malade de la COVID-19 (cela signifie qu'il a été hospitalisé, en réanimation ou branché à un respirateur).	Si le système immunitaire de votre enfant est affaibli, il peut être contagieux pendant plus longtemps que d'autres personnes. Votre enfant peut avoir besoin de rester à la maison pendant 10 à 20 jours (ou plus). Si vous enfant a été gravement malade de la COVID-19 ou si son système immunitaire est affaibli, parlez à votre médecin afin de savoir quand il ne sera plus contagieux.

Dois-je faire autre chose après avoir été testé positif ?

- Portez un [masque bien ajusté](#) en présence d'autres personnes et en public pendant encore 5 jours après avoir mis fin à votre isolement à la maison.
- Dites à toutes les personnes avec qui vous avez été en contact direct qu'elles risquent d'avoir contracté la COVID-19. Ces personnes doivent être testées et elles peuvent également devoir se mettre en [quarantaine](#) à la maison.
- Appelez le 211 si vous avez besoin d'une aide urgente pour vous isoler à la maison, par exemple de l'aide pour vous nourrir, payer votre loyer ou vos factures.
- Des [traitements](#) sont disponibles pour les personnes à risque de développer une forme grave de la COVID-19. Parlez à votre médecin des traitements qui pourraient être les meilleurs pour vous.
- Si vos symptômes s'aggravent ou si vous sentez que vous avez besoin de soins médicaux, contactez un médecin ou un autre professionnel de soins de santé immédiatement.

Le CDC recommande à toute personne âgée de 5 ans et plus à se faire vacciner contre la COVID-19. Les personnes âgées de 12 ans et plus doivent également recevoir une dose de rappel. Les personnes ayant reçu deux doses de vaccin Pfizer ou Moderna (soit les vaccins primaires) peuvent recevoir une dose de rappel 5 mois après la deuxième dose. Vous devriez également recevoir une troisième dose du vaccin Pfizer ou Moderna dans votre parcours vaccinal primaire si votre [système immunitaire est affaibli](#).

Le vaccin Johnson & Johnson est à dose unique. Les personnes ayant reçu le vaccin Johnson & Johnson en vaccin primaire peuvent recevoir un rappel 2 mois après leur injection. Pour l'instant, les données disponibles sont insuffisantes pour recommander une troisième dose aux personnes ayant reçu le vaccin Johnson & Johnson.

Si vous avez 18 ans ou plus et si vous avez été exposé à la COVID-19

Si vous n'avez jamais été vacciné contre la COVID-19	Nombre de doses de vaccin contre la COVID-19 reçues, et quand	Pendant combien de jours dois-je rester à la maison ?
Si vous avez reçu le vaccin Pfizer ou Moderna	0 dose	5 jours depuis la date à laquelle vous avez été exposé à la COVID-19.
	2 doses ET N'importe quel marque de vaccin de rappel	Vous n'avez pas besoin de rester à la maison si vous n'êtes pas malade.
	2 doses au cours des 5 derniers mois	Vous n'avez pas besoin de rester à la maison si vous n'êtes pas malade. Suffisamment de temps ne s'est pas écoulé pour vous permettre d'obtenir une dose de rappel.
	2 doses il y a plus de 5 mois	5 jours depuis la date à laquelle vous avez été exposé à la COVID-19.
	1 dose à n'importe quel moment	5 jours depuis la date à laquelle vous avez été exposé à la COVID-19.

Si vous avez 18 ans ou plus et si vous avez été exposé à la COVID-19 (suite)

Si vous avez reçu le vaccin Johnson & Johnson	Nombre de doses de vaccin contre la COVID-19 reçues, et quand	Pendant combien de jours dois-je rester à la maison ?
	<p>1 dose à n'importe quel moment</p> <p>ET</p> <p>N'importe quel marque de vaccin de rappel</p>	<p>Vous n'avez pas besoin de rester à la maison si vous n'êtes pas malade.</p>
	<p>1 dose au cours des 2 derniers mois</p>	<p>Vous n'avez pas besoin de rester à la maison si vous n'êtes pas malade.</p> <p>Suffisamment de temps ne s'est pas écoulé pour vous permettre d'obtenir une dose de rappel.</p>
	<p>1 dose il y a plus de 2 mois</p>	<p>5 jours depuis la date à laquelle vous avez été exposé à la COVID-19.</p>
Si vous avez contracté la COVID-19 au cours des 90 derniers jours (environ 3 mois).	Nombre de doses de vaccin contre la COVID-19 reçues, et quand	Pendant combien de jours dois-je rester à la maison ?
	<p>Dans cette situation, peu importe combien de doses de vaccin ont été administrées.</p>	<p>Vous n'avez pas besoin de rester à la maison si vous n'êtes pas malade.</p>
Si plus de 90 jours se sont écoulés depuis que vous avez eu la COVID-19	Nombre de doses de vaccin contre la COVID-19 reçues, et quand	Pendant combien de jours dois-je rester à la maison ?
	<p>2 doses du vaccin Pfizer à n'importe quel moment</p>	<p>Vous n'avez pas besoin de rester à la maison si vous n'êtes pas malade.</p>
	<p>1 dose du vaccin Pfizer à n'importe quel moment</p>	<p>5 jours depuis la date à laquelle vous avez été exposé à la COVID-19.</p> <p>Nous ne savons pas encore combien de temps l'immunité naturelle dure.</p>

Si vous avez 18 ans ou plus et si vous avez été exposé à la COVID-19 (suite)

Si votre <u>système immunitaire est affaibli</u> ou si vous êtes à risque de développer une forme grave de la maladie	Nombre de doses de vaccin contre la COVID-19 reçues, et quand	Pendant combien de jours dois-je rester à la maison ?
	0 dose	5 jours depuis la date à laquelle vous avez été exposé à la COVID-19.
	3 doses du vaccin Pfizer ou Moderna ET N'importe quel marque de vaccin de rappel	Vous n'avez pas besoin de rester à la maison si vous n'êtes pas malade.
	3 doses du vaccin Pfizer or Moderna au cours des 5 derniers mois	Vous n'avez pas besoin de rester à la maison si vous n'êtes pas malade. Suffisamment de temps ne s'est pas écoulé pour vous permettre d'obtenir le rappel après votre troisième dose primaire
	3 doses du vaccin Pfizer or Moderna il y a plus de 5 mois	5 jours depuis la date à laquelle vous avez été exposé à la COVID-19.
	2 doses du vaccin Pfizer ou Moderna à tout moment	5 jours depuis la date à laquelle vous avez été exposé à la COVID-19.
	1 dose du vaccin Pfizer ou Moderna à tout moment	5 jours depuis la date à laquelle vous avez été exposé à la COVID-19.

Si votre enfant a été exposé à la COVID-19

Si votre enfant n'a jamais été vacciné contre la COVID-19	Nombre de doses de vaccin contre la COVID-19 reçues, et quand	Pendant combien de jours dois-je rester à la maison ?
Si votre enfant a reçu le vaccin Pfizer	0 dose	5 jours depuis la date à laquelle vous avez été exposé à la COVID-19.
	2 doses du vaccin Pfizer à n'importe quel moment	Votre enfant n'a pas besoin de rester à la maison si il ou elle n'est pas malade.
	1 dose du vaccin Pfizer à n'importe quel moment	5 jours depuis la date à laquelle votre enfant a été exposé à la COVID-19.
Si le système immunitaire de votre enfant est affaibli ou s'il ou elle est à risque de développer une forme grave de la maladie	Nombre de doses de vaccin contre la COVID-19 reçues, et quand	Pendant combien de jours dois-je rester à la maison ?
	2 doses à n'importe quel moment	Votre enfant n'a pas besoin de rester à la maison si il ou elle n'est pas malade.
	1 dose à n'importe quel moment	5 jours depuis la date à laquelle votre enfant a été exposé à la COVID-19.

Si votre enfant a été exposé à la COVID-19 (suite)

Si votre enfant a contracté la COVID-19 au cours des 90 derniers jours (environ 3 mois).	Nombre de doses de vaccin contre la COVID-19 que votre enfant a reçu et date du dernier vaccin	Pendant combien de jours votre enfant doit-il rester à la maison ?
	Dans cette situation, peu importe combien de doses du vaccin ont été administrées à votre enfant.	Votre enfant n'a pas besoin de rester à la maison s'il n'est pas malade.
Si plus de 90 jours se sont écoulés depuis que votre enfant a eu la COVID-19	Nombre de doses de vaccin contre la COVID-19 que votre enfant a reçu et date du dernier vaccin	Pendant combien de jours votre enfant doit-il rester à la maison ?
	2 doses du vaccin Pfizer à n'importe quel moment	Votre enfant n'a pas besoin de rester à la maison si il ou elle n'est pas malade.
	1 dose du vaccin Pfizer à n'importe quel moment	5 jours depuis la date à laquelle votre enfant a été exposé à la COVID-19.

Dois-je faire autre chose après avoir été exposé à la COVID-19 ?

- Portez [un masque bien ajusté](#) en présence d'autres personnes et en public pendant 10 jours après avoir été exposé à une personne atteinte de la COVID-19.
- Faites-vous tester 5 jours après votre exposition à la COVID-19.
- Restez à l'affût des symptômes pendant 10 jours après avoir été exposé. Isolez-vous et faites-vous tester immédiatement si vous êtes malade ou si vous présentez des symptômes, même s'ils sont légers.

Vous pouvez devoir vous isoler ou vous mettre en quarantaine pendant plus de 5 jours si l'endroit où vous vivez ou travaillez vous expose et expose les autres à un risque de COVID-19 plus élevé. Les personnes qui vivent ou travaillent dans une collectivité, par exemple un centre pénitencier (prison), des établissements de soins longue durée, ou des refuges pour les sans-abri doivent respecter [ces directives](#) du CDC. Les personnel de soins de santé doit respecter [ces directives](#) du CDC.

Pour obtenir de plus amples informations, consultez :

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/quarantine-isolation.html>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/immuno.html>