Savoir Planifier Agir

[Inscrivez votre nom ici]

# Plan d'action contre la COVID-19 sévère

Élaborez ce plan d'action avant de devenir malade. Discutez-en avec votre professionnel de la santé et gardez-le en lieu sûr.

Une forme sévère de la COVID-19 signifie que vos symptômes sont plus graves et qu'ils peuvent entraîner une hospitalisation ou même la mort[1].

## ÉTAPE 1

**Soyez au fait du risque auquel vous êtes exposé : vous pourriez profiter de traitements contre la COVID-si vous présentez des symptômes**[1,2]. Vous pourriez être plus à risque de progression de la COVID-19 vers une forme sévère si **au moins** un des facteurs suivants s'applique à vous[3,4]* :

- ☐ Âge de 60 ans ou plus
- ☐ Surpoids ou obésité (indice de masse corporelle [IMC] supérieur à 25 kg/m$^2$)
- ☐ Maladie rénale chronique
- ☐ Diabète
- ☐ Immunodéficience (système immunitaire affaibli par un médicament ou une maladie)
- ☐ Cancer évolutif
- ☐ Affections cardiovasculaires comme l'hypertension (tension artérielle élevée) et maladies cardiaques
- ☐ Maladie pulmonaire chronique, p. ex. maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC), asthme (modéré ou sévère), pneumopathie interstitielle, fibrose kystique et hypertension pulmonaire
- ☐ Tabagisme actif
- ☐ Drépanocytose
- ☐ Troubles neurodéveloppementaux, comme la paralysie cérébrale ou le syndrome de Down
- ☐ État de dépendance à l'égard d'un dispositif médical mis en place pour d'autres raisons que le traitement de la COVID-19 (trachéostomie, gastrostomie ou ventilation en pression positive)

* Les facteurs qui augmentent le risque que la COVID-19 progresse vers une forme sévère ne sont pas tous nommés dans la liste ci-dessus[4]. Si vous avez des questions au sujet d'un facteur de risque non inclus dans cette liste, adressez-vous à un professionnel de la santé. Si vous présentez n'importe quel facteur de risque, consultez votre professionnel de la santé pour connaître les options de traitement de la COVID-19 symptomatique.

## ÉTAPE 2

**Si vous avez des symptômes de la COVID-19, confirmez que vous avez l'infection en passant un test de dépistage le plus tôt possible**[2].

Si vous développez l'un ou l'autre des symptômes indiqués à la page suivante, aussi léger soit-il, testez-vous ou faites-vous tester immédiatement : vous pourriez avoir la COVID-19[2].

Je peux passer un test de dépistage aux endroits suivants :

_____

_____

**N'oubliez pas : si vous recevez un résultat positif au test de dépistage de la COVID-19, agissez rapidement pour avoir accès à un traitement.**

## ÉTAPE 3

**Un résultat positif au test de dépistage de la COVID-19 signifie qu'il faut consulter votre professionnel de la santé aussi rapidement que possible pour discuter d'un traitement adapté à votre situation et pour le mettre en place**[1,2]**.**

Coordonnées de mon médecin :

_____

_____

Je prends les médicaments suivants :

_____

_____

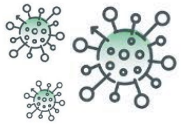
Liste de questions à poser à mon médecin :

_____

_____

Savoir
Planifier
Agir

# Plan d'action contre la COVID-19 sévère



## Sachez quoi surveiller

Voici certains des symptômes de COVID-19 signalés le plus souvent[2] :

### Tête

- Écoulement nasal
- Éternuements
- Mal de tête
- Nouvelle perte de l'odorat ou du goût

### Poitrine

- Apparition ou aggravation d'une toux
- Essoufflement ou difficulté respiratoire

### Corps

- Température ≥ 38 °C
- Sensation de fièvre ou frissons
- Fatigue ou faiblesse
- Douleurs musculaires ou courbatures
- Douleurs abdominales, diarrhée et vomissements
- Malaises intenses

## Ce qu'il faut faire si vous pensez avoir contracté la COVID-19

Gardez ces renseignements dans un endroit où vous pourrez les retrouver facilement si vous avez des symptômes de la COVID-19 ou si vous recevez un résultat positif au test de dépistage. Un professionnel de la santé pourra s'en servir pour déterminer s'il y a lieu de vous prescrire un traitement[5].

Pour les gens qui sont exposés à un risque élevé de progression de la COVID-19 vers une forme sévère, le temps est très important : de nombreux traitements doivent être amorcés dans les jours qui suivent l'apparition des symptômes de la COVID-19[6,7].

**N'attendez pas! Si vous recevez un résultat positif au test de dépistage de la COVID-19, discutez le plus tôt possible des options de traitement avec votre professionnel de la santé[6].**

**Références : 1.** Mayo Clinic. COVID-19: Who's at higher risk of serious symptoms? Accessible au : https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/coronavirus/in-depth/coronavirus-who-is-at-risk/art-20483301. Consulté le 7 mai 2024. **2.** Gouvernement du Canada. COVID-19 : Symptômes, traitement, ce que vous devez faire si vous vous sentez malade. Accessible au : https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/2019-nouveau-coronavirus/symptomes.html#_Getting_tested. Consulté le 7 mai 2024. **3.** Gouvernement du Canada. Personnes susceptibles de présenter une forme grave de la maladie ou des complications si elles contractent la COVID-19. Accessible au : https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/personnes-susceptibles-gravement-malades-contractent-covid-19.html. Consulté le 7 mai 2024. **4.** Centers for Disease Control and Prevention. People with certain medical conditions. Accessible au : https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html. Consulté le 7 mai 2024. **5.** Gouvernement du Canada. Traitements contre la COVID-19. Accessible au : https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/medicaments-produits-sante/covid19-industrie/medicaments-vaccins-traitements/traitements.html. Consulté le 7 mai 2024. **6.** Centers for Disease Control and Prevention. Clinical care quick reference for COVID-19. Accessible au : https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/clinical-care-quick-reference.html. Consulté le 7 mai 2024. **7.** Gouvernement de l'Ontario. Dépistage et traitement de la COVID-19. Accessible au : https://www.ontario.ca/fr/page/depistage-et-traitement-de-la-covid-19#section-5. Consulté le 7 mai 2024.

Pfizer

PP-C1D-CAN-0023-FR