



## COVID-19

### Que faire en cas d'autotest positif

Le coronavirus SRAS-CoV-2 s'est propagé dans le monde entier à une vitesse incroyable. Dans de nombreux cas, l'infection connue sous le nom de COVID-19 évolue de façon bénigne et semblable à un refroidissement avec toux, fièvre, douleurs musculaires et courbatures, et parfois un rhume. Les troubles de l'odorat ou du goût sont typiques. Cependant, il arrive parfois que la personne infectée ne présente aucun signe de la maladie (« évolution asymptomatique »).

D'autres personnes tombent quant à elles gravement malades. Certains groupes de personnes, notamment les personnes avec de lourds antécédents médicaux et qui n'ont pas été vaccinées, présentent un risque plus élevé et ont besoin que nous leur accordions une protection particulière. L'objectif est de prévenir les contaminations et de briser les chaînes de l'infection. L'utilisation responsable des autotests y contribue largement.

#### Procédure recommandée

Les points suivants s'appliquent à toutes les personnes dont l'autotest de dépistage du coronavirus est positif : Vous devez vous isoler immédiatement et éviter autant que possible tout contact avec d'autres personnes car vous êtes soupçonné(e) d'être très contagieux. Si vous n'avez pas effectué le test chez vous, rentrez chez vous par la voie la plus directe. Respectez également les règles de distanciation sociale et d'hygiène.

Demandez immédiatement un rendez-vous pour un test PCR à votre médecin de famille, à la permanence de l'Union des médecins conventionnés (Kassenärztliche Vereinigung) par téléphone au 116 117 ou à l'Office de santé publique afin de confirmer le résultat de l'autotest. Vous recevrez alors toutes les informations sur la marche à suivre.

#### Informations supplémentaires sur la COVID-19 :

**Permanence téléphonique Coronavirus du gouvernement bavarois 089 / 122 220**

**www.bayern.de** : « Informations essentielles sur le coronavirus »

**www.stmgp.bayern.de/coronavirus**, la page d'informations du ministère bavarois de la Santé et des Soins

**Nous vous souhaitons de rester  
en bonne santé!**

#### À savoir en matière de comportement et d'hygiène

- ▶ **Aller faire un test PCR** : Le test PCR est la méthode la plus sûre pour détecter une infection au coronavirus. Il est donc utilisé pour vérifier le résultat de l'autotest. Faites en sorte d'arriver au test en ayant eu le moins de contacts possible. Il est recommandé de porter un masque FFP2 dès lors que vous êtes à l'extérieur de votre domicile.
- ▶ **Si votre état de santé se détériore ou qu'une assistance médicale s'avère nécessaire**, veuillez en informer votre médecin de famille, la permanence de l'Union bavaroise des médecins conventionnés (Kassenärztliche Vereinigung Bayerns) par téléphone au **116 117** ou, si nécessaire, le médecin urgentiste. Lors de votre appel, n'oubliez surtout pas de préciser que votre autotest était positif.

#### Règles d'hygiène importantes

- ▶ **Tousser et éternuer en pensant aux autres**  
Maintenez la plus grande distance possible, détournez-vous des autres personnes et tousssez ou éternuez dans le creux de votre bras ou dans un mouchoir jetable, que vous jetterez ensuite immédiatement dans un sac poubelle hermétique.
- ▶ **Hygiène des mains**  
Abstenez-vous de serrer de tenir la main d'autres personnes. Lavez-vous régulièrement et soigneusement les mains à l'eau et au savon durant au moins 20 à 30 secondes, en particulier
  - après vous être mouché(e), avoir éternué ou toussé,
  - avant la préparation des repas,
  - avant de manger,
  - après être allé(e) aux toilettes,
  - chaque fois que les mains sont visiblement sales,
  - et avant et après tout contact avec d'autres personnes,
  - surtout après tout contact avec une personne malade ou son environnement immédiat.

Vous pouvez utiliser des désinfectants pour les mains à base d'alcool, compatibles avec la peau, si vos mains ne sont pas manifestement sales. Veillez à ce que le désinfectant comporte la mention « virucide à effet limité », « virucide à effet limité PLUS » ou « virucide ».