

CORONAVIRUS : LES RECOMMANDATIONS

Que l'on revienne des zones les plus touchées par le Coronavirus ou non, chacun est concerné par les consignes sanitaires à même de limiter les risques de contagion.

Comme pour tous les virus hivernaux, il convient d'adopter des gestes simples qui limitent les risques de contagion :

- Se laver très régulièrement les mains
- Tousser et éternuer dans son coude
- Utiliser des mouchoirs à usage unique
- Ne plus serrer la main ni faire la bise
- Si symptômes (fièvre ou sensation de fièvre, toux, difficultés à respirer) :
 - Rester chez soi
 - Contacter le SAMU (15)
 - Ne pas se rendre chez le médecin, ni aux urgences de l'hôpital
- Ne pas porter de masque si on n'est pas malade

Recommandations pour les personnes ayant voyagé dans des zones à risque :

Il est recommandé à toute personne de retour des zones à risque (Chine, Hong Kong, Macao, Singapour, Corée du Sud, Iran ainsi que des régions de Lombardie, Vénétie et Emilie-Romagne en Italie), dans les 14 jours suivant son retour, de :

- Surveiller sa température 2 fois par jour
- Surveiller l'apparition de symptômes d'infection respiratoire (toux, difficultés à respirer...)
- Porter un masque chirurgical lorsque vous êtes en face d'une autre personne et lorsque vous devez sortir
- Se laver les mains régulièrement ou utiliser une solution hydroalcoolique
- Éviter tout contact avec les personnes fragiles (femmes enceintes, malades chroniques, personnes âgées...)
- Éviter de fréquenter des lieux où se trouvent des personnes fragiles (hôpitaux, maternités, structures d'hébergement pour personnes âgées...)
- Éviter toute sortie non indispensable (restaurant, cinéma, bibliothèque, gymnase, musée...)
- Travailleurs / étudiants : dans la mesure du possible, privilégier le télétravail et éviter les contacts proches (réunions, ascenseurs, cantine...)
- Les enfants, collégiens, lycéens ne doivent pas être envoyés à la crèche, à l'école, au collège ou au lycée compte tenu de la difficulté à leur faire porter un masque toute la journée

Le ministère des Affaires étrangères déconseille les voyages hors de l'Union européenne ou dans les zones à risques en Europe, sauf nécessité avérée.

Plus d'informations sur le Coronavirus

Plateforme téléphonique d'information du ministère des Solidarités et de la Santé :
0800 130 000 (appel gratuit).

Sur Internet :

- [Site de l'Agence nationale de santé publique](#)
- [Site de l'OMS](#)
- [Site du ministère des Solidarités et de la Santé](#)
- [Site du Gouvernement](#)

Coronavirus COVID-19

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

Plateforme téléphonique d'information :
0 800 130 000 (appel gratuit)

En cas de fièvre, toux, difficultés à respirer, au retour
d'une zone touchée par le virus, composez le 15

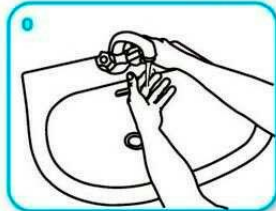


Le lavage des mains - Comment ?

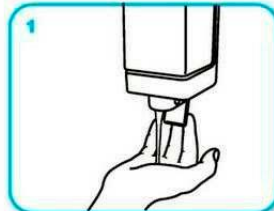
LAVER LES MAINS AU SAVON ET A L'EAU LORSQU'ELLES SONT VISIBLEMENT SOUILLEES
SINON, UTILISER LA FRICTION HYDRO-ALCOOLIQUE POUR L'HYGIENE DES MAINS !



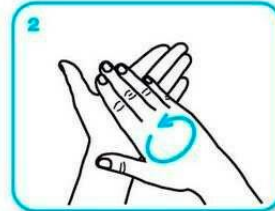
Durée de la procédure : **40-60 secondes**



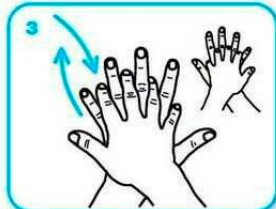
Mouiller les mains abondamment



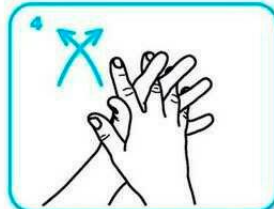
Appliquer suffisamment de savon pour recouvrir toutes les surfaces des mains et frictionner :



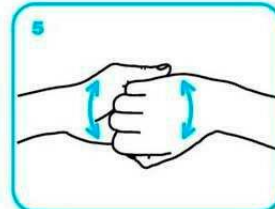
Paume contre paume par mouvement de rotation,



le dos de la main gauche avec un mouvement d'avant en arrière exercé par la paume droite, et vice versa,



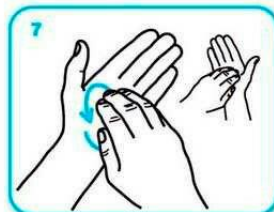
les espaces interdigitaux paume contre paume, doigts entrelacés, en exerçant un mouvement d'avant en arrière,



les dos des doigts en les tenant dans la paume des mains opposées avec un mouvement d'aller-retour latéral,



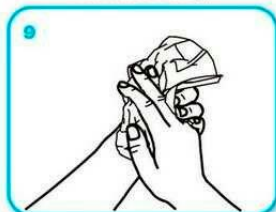
le pouce de la main gauche par rotation dans la paume refermée de la main droite, et vice versa,



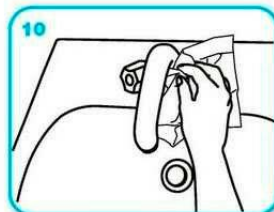
la pulpe des doigts de la main droite par rotation contre la paume de la main gauche, et vice versa.



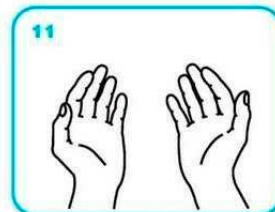
Rincer les mains à l'eau,



sécher soigneusement les mains avec une serviette à usage unique,



fermer le robinet à l'aide de la serviette.



Les mains sont prêtes pour le soin.

WORLD ALLIANCE
for **PATIENT SAFETY**

L'OMS remercie les Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), en particulier les collaborateurs du service de Prévention et Contrôle de l'Infection, pour leur participation active au développement de ce matériel.

Octobre 2006, version 1.



Organisation mondiale de la Santé

Toutes les précautions ont été prises par l'OMS pour vérifier les informations contenues dans la présente publication. Toutefois, le document est diffusé sans garantie, explicite ou implicite, d'aucune sorte. L'interprétation et l'utilisation des données sont de la responsabilité du lecteur. L'OMS ne saurait en aucun cas être tenue pour responsable des dommages qui pourraient en résulter.