



COVID-19

NOUVEAU CORONAVIRUS

La COVID-19 au Manitoba

Qu'est-ce que la COVID-19?

La COVID-19 est une maladie respiratoire qui peut causer différents symptômes qui peuvent être légers (p. ex. fièvre, toux, écoulement nasal et maux de gorge) ou graves (p. ex. essoufflement et difficulté à respirer).

Qui est susceptible de contracter la COVID-19?

Certaines personnes n'auront que des symptômes légers, tandis que d'autres pourront tomber gravement malades. Les personnes qui présentent un risque plus élevé de souffrir de symptômes graves sont celles :

- qui sont âgées de 60 ans ou plus;
- qui souffrent de problèmes de santé chroniques (comme le diabète et les maladies cardiaques, rénales ou pulmonaires chroniques);
- dont le système immunitaire est affaibli (comme les personnes atteintes d'un cancer).

Comment peut-on contracter la COVID-19?

On peut contracter la COVID-19 lorsqu'on entre en contact étroit (deux mètres ou six pieds) avec une personne infectée qui tousse ou qui éternue. On peut également être infecté par le virus qui cause la COVID-19 lorsqu'on touche une surface ou un objet contaminé par le virus avant de porter la main à sa bouche, à ses yeux ou à son nez.

Le risque de contracter la COVID-19 en touchant une surface est faible, et il est possible de réduire encore plus ce risque en observant de façon régulière une bonne hygiène des mains.

Comment puis-je réduire mon risque de contracter la COVID-19?

Gardez vos mains propres. Lavez-vous les mains avec de l'eau chaude et du savon pendant au moins 15 secondes, puis séchez-les bien. Vous pouvez aussi utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool si vos mains ne sont pas visiblement sales.

En savoir plus : manitoba.ca/health/flu/images/hand.fr.jpg

Voici quelques autres conseils à suivre.

- Couvrez-vous la bouche lorsque vous toussiez ou éternuez. Toussez dans votre manche ou votre coude et non dans votre main.
- Évitez de vous toucher le visage.
- Restez à la maison lorsque vous êtes malade, même légèrement.
- Si vous êtes malade, isolez-vous à votre domicile et à distance des autres membres de votre foyer et passez un test de dépistage.
- Suivez les recommandations de la santé publique au sujet de l'auto-isollement et de la surveillance des symptômes.
- Lavez-vous les mains :
 - à votre arrivée dans un nouvel endroit et à votre départ;
 - après être allé aux toilettes;
 - avant, pendant et après la préparation des aliments;
 - avant de manger ou d'utiliser des articles partagés.
- Lavez-vous les mains avec de l'eau chaude et du savon pendant au moins 15 secondes. Si vous ne pouvez pas vous laver les mains, utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool.

Portez un masque

Il est important de porter un masque pour freiner la propagation de la COVID-19. Portez un masque lorsque vous êtes dans un lieu public intérieur ou dans un endroit où il vous est difficile de vous tenir à distance des autres.

Pour obtenir des renseignements à jour, consultez manitoba.ca/covid19/index.fr.html.