

[Coronavirus] COVID-19

Info des médecins du
service de santé au
travail :
le 1er avril 2020

CONDUITE À TENIR EN CAS DE COVID-19 POSITIF

(Je suis une personne malade)



VOUS AVEZ ÉTÉ EN DIAGNOSTIQUÉ CLINIQUEMENT OU TESTÉ POSITIF AU COVID-19 ?

ADOPTÉZ LES BONNES PRATIQUES



Se laver
très régulièrement
les mains



Tousser ou éternuer
dans son coude
ou dans un mouchoir



Se moucher dans
un mouchoir unique



Eviter de se
toucher le visage



Eviter les
contacts directs

RESTEZ CONFINÉ À DOMICILE

Si vous avez un rendez-vous médical indispensable,
favorisez la téléconsultation. A défaut, **PORTEZ
UN MASQUE** pour vous y rendre.

ADOPTÉZ LES RÈGLES D'HYGIÈNE À DOMICILE

Désinfectez régulièrement certaines surfaces
susceptibles d'être vecteurs de contamination
(poignée de porte, téléphone, interrupteur...)
Lavez séparément votre linge à 60° pendant 30
minutes au minimum.

Ne partagez pas vos serviettes. Désinfectez les sols,
surfaces et WC à l'eau de javel à 0,5% de chlore
actif (1 litre de Javel à 2,6% + 4 L d'eau).

Favorisez des WC dédiés. S'ils sont partagés,
ils doivent répondre à une hygiène stricte
(nettoyage avec de l'eau de Javel ou par lingettes
désinfectantes).

Fermez le couvercle de la cuvette des toilettes
avant de tirer la chasse d'eau.

Aérez votre foyer 3 fois par jour.

A table, ne partagez pas les couverts ni les verres.

Dormez dans 2 lits séparés.

FAITES-VOUS PRESCRIRE UN ARRÊT DE TRAVAIL INITIAL

D'une durée de 7 à 14 jours.

Entre le 6^{ème} et le 8^{ème} jour, sollicitez un avis
médical à distance pour réévaluer vos symptômes.
En fonction de votre état, l'arrêt pourra être
renouvelé de 7 jours supplémentaires. L'isolement
sera levé 48h après la résolution complète des
symptômes et de la fièvre et après avis médical.

**Avant tout retour au travail, un avis médical
auprès du médecin du travail est requis.**

PORTEZ UN MASQUE CHIRURGICAL

(à renouveler 3 à 4 fois/jour) et **FAVORISEZ** une
**DISTANCE DE 2 MÈTRES SANS CONTACT
DIRECT.**

Le port du masque de type chirurgical permet de
réduire la diffusion des particules potentiellement
infectieuses. Il protège les personnes qui vous
entourent mais également l'environnement.

SURVEILLEZ VOS SYMPTÔMES

En cas de fortes fièvres mal tolérées, de difficultés
respiratoires ou de violentes douleurs au thorax,
appelez le 15 et décrivez précisément vos
symptômes en indiquant si vous souffrez d'autres
pathologies.

Une permanence téléphonique des médecins de travail est à votre disposition 7j/7 de 8h à 23h au **01 587 89 999**
De plus, si vous avez besoin d'un soutien psychologique, vous pouvez appeler l'IAPR au **0800 800 147**