

Que faire après votre test de COVID-19: Lorsque vous avez des symptômes

D'après vos symptômes, vous pourriez avoir la COVID-19. Vous devez **retourner à la maison et vous isoler** en attendant les résultats de votre test. En attendant, veuillez suivre les consignes ci-dessous.

1. Quitter L'Hôpital

- Le choix de transport préféré devrait être votre propre véhicule ou un taxi.
- Si vous prenez les transports en commun, gardez une distance de 2 mètres (6 pieds) avec les autres.

2. Surveillez votre état de santé et prenez soin de vous-même

- Reposez-vous et **restez à la maison**.
- Buvez beaucoup de liquides.
- Surveillez vos symptômes et prenez votre température chaque jour.
- Prenez tous les médicaments qui vous ont été prescrits.



Si vous avez des questions ou des inquiétudes

Composez le 811 pour parler à l'infirmière d'Info-Santé.



Si vos symptômes s'aggravent

Rendez vous aux urgences.

3. Protégez votre entourage

- Vous devez rester à la maison. Vous ne devez pas aller au travail, à l'école ou dans un endroit public.
- Restez à distance des autres personnes et des animaux dans votre maison. Si possible, rester dans une pièce séparée et utiliser une salle de bain qui n'a pas besoin d'être partagée.
 - S'il n'est pas possible de rester dans une chambre à part, gardez une distance d'au moins 2 mètres des autres personnes.
 - Si vous êtes obligé de partager une salle de bain, **nettoyez-la après chaque utilisation** avec de l'eau de javel.
- Évitez tout contact avec d'autres personnes, en particulier les femmes enceintes, les personnes âgées et les personnes ayant un système immunitaire affaibli ou de graves problèmes de santé (par exemple: des problèmes de cœur, le diabète, des problèmes respiratoires ou des cancers).
- Évitez de partager des articles ménagers personnels (par exemple: assiettes, verres, ustensiles, serviettes et literie).
- Portez un masque couvrant le nez et la bouche à tout moment quand vous ne pouvez pas garder une distance de 2 mètres des autres personnes.



4. Adoptez de bonnes pratiques d'hygiène

- Lavez-vous les mains souvent avec du savon et de l'eau ou avec un désinfectant pour les mains à base d'alcool.
- Évitez de toucher vos yeux, votre nez et votre bouche.
- Couvrez votre nez et votre bouche avec un mouchoir en papier ou utilisez le creux de votre coude lorsque vous toussiez ou éternuez. Jetez le mouchoir en papier et lavez-vous les mains toute de suite après.

