

# Que dois-je savoir?



La Santé publique continue d'offrir aux Néo-Écossais des recommandations pour limiter la propagation du virus ainsi que protéger les personnes et les établissements à risque.



## J'ai des symptômes

- ✓ Si vous vous sentez malade, restez à la maison.
- ✓ Évitez les personnes et les endroits à risque jusqu'à ce que vous vous sentiez mieux.
- ✓ Si vous devez sortir, portez à l'intérieur dans les lieux publics un masque bien ajusté, même en cas de symptômes légers.
- ✓ Tous les Néo-Écossais présentant des symptômes peuvent faire faire un test de dépistage. Prenez rendez-vous sur [www.nshealth.ca/coronavirustesting](http://www.nshealth.ca/coronavirustesting) pour faire un test de dépistage de la COVID-19, ou composez le 811 si vous avez besoin d'aide.
- ✓ Le dépistage est recommandé pour les personnes susceptibles de développer des formes graves de la COVID et celles qui vivent ou travaillent dans des établissements à risque.



## Mon test est positif

- ✓ Si vous vous sentez malade, restez à la maison jusqu'à ce que vos symptômes s'améliorent et que vous n'avez plus de fièvre.
- ✓ Pendant sept (7) jours après le début des symptômes ou à partir du jour où votre test est positif (si vous n'avez pas de symptôme) :
  - Évitez les personnes et les endroits à risque.
  - Si vous devez sortir, portez un masque bien ajusté à l'intérieur dans les lieux publics, dans les transports en commun et dans les lieux bondés.
- ✓ Remplissez le formulaire « Report and Support » [c19hc.nshealth.ca/self-report](http://c19hc.nshealth.ca/self-report) ou composez le 1-833-797-7772 si vous n'avez pas accès à Internet ou si vous avez besoin d'aide.



Ce formulaire permet d'identifier rapidement les personnes pouvant être admissibles aux médicaments contre la COVID-19 et en bénéficier.



**Les tests de dépistage sont uniquement recommandés pour les personnes présentant des symptômes.**

**Les personnes suivantes, en particulier celles qui ne sont pas vaccinées, ou qui sont vaccinées mais qui n'ont pas reçu de rappel, sont plus susceptibles de développer une forme grave de la maladie :**

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Personnes âgées (plus de 60 ans)</li> <li>• Femmes enceintes</li> <li>• Personne de tout âge ayant l'une ou l'autre des maladies ou troubles suivants :                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Maladie pulmonaire</li> <li>- Maladie du cœur</li> <li>- Diabète</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Maladie rénale</li> <li>- Maladie du foie</li> <li>- Démence</li> <li>- Cancer</li> <li>- Trouble neurodéveloppemental (comme le syndrome de Down)</li> <li>- Drépanocytose</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Troubles neurologiques (p. ex., épilepsie, accident vasculaire cérébral)</li> <li>- Immunodéficience, y compris les personnes suivant un traitement qui affaiblit le système immunitaire, comme la chimiothérapie</li> <li>- Obésité (IMC égal ou supérieur à 30)</li> </ul> |
|---|---|---|

**Les endroits jugés à risque élevé sont les suivants :**

- |   |  |   |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Établissements de soins de longue durée</li> <li>• Milieux de vie en collectivité (comme les foyers pour aînés)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Établissements pour personnes handicapées, y compris les établissements de soins</li> <li>• Établissements de soins de courte durée (hôpitaux)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Établissements correctionnels</li> <li>• Refuges et maisons de transition</li> </ul> |
|---|--|---|

## Quand me considère-t-on comme rétabli?

En règle générale, on considère qu'une personne est « rétablie » 7 jours après le début des symptômes, ou à partir du jour où le résultat de son test de dépistage est positif (en l'absence de symptômes) ET si ses symptômes s'améliorent depuis 24 heures (48 heures pour la diarrhée et les vomissements) et qu'elle n'a pas de fièvre.

Dans les 90 jours (3 mois) suivant votre rétablissement, vous pouvez être immunisé contre la maladie. Étant donné cependant que cette immunité baisse avec le temps, vous pouvez faire un nouveau test si vous développez des symptômes vers la fin des trois mois.

Le test PCR n'est pas recommandé dans les 90 jours (3 mois) suivant le rétablissement, car l'ancien virus peut être à nouveau détecté; nous recommandons par conséquent un test rapide. Si votre test est positif, vous devez vous considérer comme étant réinfecté et suivre les instructions fournies sur [nshealth.ca/i-have-tested-positive](http://nshealth.ca/i-have-tested-positive).



**Si vous avez des questions, veuillez composer le 811 ou vous rendre sur [nshealth.ca/coronavirus](http://nshealth.ca/coronavirus)**