

NOUVEAU CORONAVIRUS (COVID-19)

Les responsables du système de soins de santé de la Nouvelle-Écosse travaillent activement à surveiller la situation et à faire des tests pour dépister tout cas possible de nouveau coronavirus (COVID-19). Le travail consiste à :

- établir un processus de dépistage qui sera utilisé par les travailleurs de première ligne en soins de santé;
- surveiller et examiner les cas possibles;
- mettre en pratique des mesures efficaces de santé publique et de prévention des infections;
- établir des groupes de travail dont le travail est axé sur la surveillance des maladies et de l'impact sur le système de soins de santé, les modèles de soins, les fournitures et la gestion des ressources;
- collaborer avec le Bureau de gestion des urgences de la Nouvelle-Écosse et d'autres partenaires à l'extérieur du domaine de la santé pour la planification de la continuité des activités;
- transmettre des renseignements exacts et à jour à nos partenaires et aux gens de la Nouvelle-Écosse.

DE BONNES PRATIQUES D'HYGIÈNE : LA MEILLEURE FAÇON DE SE PROTÉGER

Il n'existe pas de vaccin à l'heure actuelle pour vous protéger contre le nouveau coronavirus. On encourage les gens à penser aux mesures qu'ils peuvent prendre pour rester en bonne santé et prévenir la propagation de toute maladie respiratoire, y compris le COVID-19.

Adoptez de bonnes mesures d'hygiène des mains – Lavez-vous les mains souvent ou utilisez du désinfectant pour les mains, particulièrement :

- avant et après la préparation et la consommation de nourriture;
- après avoir touché un animal domestique;
- après avoir manipulé des déchets ou du linge sale et après avoir utilisé les toilettes;
- lorsque leurs mains sont visiblement sales;
- après une poignée de main.

Il est préférable de se laver les mains avec de l'eau et du savon, en prenant soin de bien frotter les mains pour éliminer la saleté visible et les germes. Utilisez des serviettes de papier jetables (de préférence) pour vous sécher les mains, ou une serviette réutilisable que vous lavez souvent.

Si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon (et si vos mains ne sont pas visiblement sales), utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool qui contient au moins 60 % d'alcool. Utilisez suffisamment de désinfectant pour couvrir le dos et la paume des deux mains et entre les doigts, et frottez vos mains jusqu'à ce qu'elles semblent être sèches.

Adoptez de bonnes habitudes en matière de toux et d'éternuements

- Couvrez votre bouche avec un mouchoir pour tousser ou éternuer. Jetez le mouchoir et lavez-vous les mains ou utilisez un désinfectant à base d'alcool immédiatement. OU
- Couvrez votre bouche à l'aide de votre bras plutôt que votre main lorsque vous toussiez ou éternuez.

Évitez de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche si vos mains ne sont pas propres.

Nettoyez les surfaces et les objets couramment utilisés (au moins une fois par jour ou au besoin)

Les virus peuvent survivre sur des surfaces pendant plusieurs jours. Le nettoyage et la désinfection des surfaces et des objets couramment utilisés permettent de réduire les germes et de prévenir les infections.

- Nettoyez et désinfectez les objets tels que les poignées de porte, les interrupteurs, les rampes, les toilettes, les comptoirs et les tables quotidiennement. Utilisez de l'eau savonneuse, puis désinfectez à l'aide de produits nettoyants réguliers (suivez les directives sur l'étiquette) ou d'une solution composée d'une partie d'eau de Javel et de 9 parties d'eau.
- Désinfectez les téléphones, les télécommandes, les ordinateurs et tout autre dispositif portatif à l'aide d'un désinfectant contenant 70 % d'alcool.
- Lavez les vêtements, les draps et les serviettes régulièrement.
- Jetez les déchets régulièrement, puis lavez-vous les mains.

ÉLABOREZ UN PLAN – LA PRÉPARATION, C'EST TOUJOURS UNE BONNE IDÉE

- Tous les gens de la Nouvelle-Écosse devraient avoir une trousse d'urgence contenant les éléments essentiels pour pouvoir survivre pendant au moins 72 heures. Il n'est pas nécessaire de faire des achats de panique ou d'accumuler trop de marchandises.
- Faites remplir vos ordonnances.
- Pensez à ce que vous ferez si vous devenez malade et avez besoin de soins, ou si un membre de votre famille devient malade.
- Parlez à votre employeur au sujet de la possibilité de travailler à partir de la maison au cas où vous deviez vous mettre en auto-isollement ou prendre soin d'un membre de votre famille.
- Communiquez avec votre famille et vos amis. Dites-leur que vous établissez un plan. Faites-leur connaître votre plan. Veillez les uns sur les autres, et faites des courses essentielles pour une personne qui est malade.
- Si vous êtes malade, restez à la maison jusqu'à ce que vous n'ayez plus de symptômes.

OBTENEZ DES RENSEIGNEMENTS EXACTS

La situation du COVID-19 évolue rapidement. Pour des renseignements à jour, y compris sur le moment où il faut obtenir de l'aide :

- **Province de la Nouvelle-Écosse :**
novascotia.ca/coronavirus/fr

Autres ressources

- **Gouvernement du Canada :**
canada.ca/le-coronavirus
- L'Agence de la santé publique du Canada a établi une **ligne d'information sur le nouveau coronavirus** : 1-833-784-4397