



Informations nouveau Coronavirus (Covid-19)

Les symptômes

Fièvre



Fatigue



Toux



Gorge irritée



Souffle court



Maux de tête



Les groupes à risque

Les personnes souffrant de :

Hypertension
artérielle



Diabète



Problèmes
pulmonaires



Et les personnes âgées

65 ans
et +

Les symptômes peuvent être les mêmes que ceux d'un rhume ou d'une grippe. L'infection peut causer une maladie qui n'est pas grave, une pneumonie légère ou une pneumonie sévère.

Le risque augmente nettement avec **l'âge**. Les personnes âgées et les personnes souffrant de maladies chroniques (hypertension artérielle, problèmes cardiaque ou pulmonaires, diabète) sont plus vulnérables aux symptômes graves.

Comment le virus se transmet-il ?

En respirant des gouttelettes infectées



En touchant une surface infectée



En ayant un contact rapproché avec une personne infectée



Le coronavirus se propage principalement d'une personne à une autre par le biais de gouttelettes infectées. Les gouttelettes sont de petites gouttes de sécrétion des voies respiratoires, qui peuvent se propager en toussant, en éternuant ou en parlant. Si ces gouttelettes entrent en contact avec la bouche, le nez ou les yeux d'une autre personne, celle-ci peut être infectée (en respirant, en touchant des surfaces infectées puis ses yeux, sa bouche ou son nez).

Une personne qui n'a pas de signe de la maladie peut quand même transmettre le virus à d'autres personnes.

Comment se protéger du Coronavirus ?



1. Lavez-vous les mains

Lavez-vous les mains régulièrement avec du savon et de l'eau ou avec une solution hydro-alcoolique. (durée : **40-60 secondes**).

Si vous n'avez pas facilement accès à des toilettes, emportez avec vous une petite bouteille de savon mélangé à de l'eau.

Lavez-vous les mains :

-avant et après avoir mangé

-après avoir utilisé les toilettes

-après avoir touché des objets publics (par exemple en utilisant les transports en commun)

-après éternuements / toux



2. Respectez les règles d'hygiène respiratoire

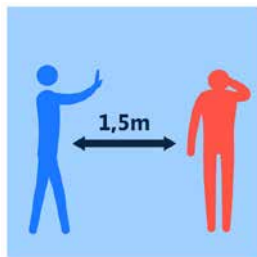
Si vous éternuez ou tousssez, couvrez-vous la bouche et le nez avec un mouchoir - jetez le mouchoir immédiatement.

Si vous n'avez pas de mouchoir, utilisez le pli du coude.



3. Évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche

Les mains sont en contact avec de nombreuses surfaces qui peuvent être contaminées par le virus. Si vous vous touchez les yeux, le nez ou la bouche, vous risquez d'être en contact avec le virus présent sur ces surfaces.



4. Éviter les contacts proches

Maintenez une distance d'au moins 1,5 mètre avec les autres personnes, en particulier si elles toussent, éternuent ou ont de la fièvre.

Que faire en cas de symptômes ?

Si vous commencez à vous sentir mal (toux, fièvre ou tout autres signes d'une grippe) :



-Restez chez vous si vous avez un logement

-Évitez au maximum d'être en contact avec d'autres personnes, jusqu'à la guérison, en respectant les mesures de précautions (distance 1m50, lavage des mains fréquents, toussiez dans votre coude)

-Ne prenez pas d'ibuprofène



Si vous remarquez une aggravation des symptômes (fièvre élevée ou difficultés respiratoires)

OU

Si vous avez besoin d'une consultation médicale pour une autre raison :



-Contactez un médecin via les numéros suivants :

* **1710** (Tous les jours)

* Service de garde :

- **02/379.03.33** (du lundi au vendredi de 9 h à 18h)

- **02/201.22.22** (le soir ou le week-end)

* Centre Athéna : **0494/18.90.24**

(du lundi au vendredi de 9h à 18h)



Le **HUB** est actuellement composé des associations suivantes : la **Croix Rouge de Belgique**, **Médecins du Monde**, **Médecins sans Frontières**, la **Plateforme Citoyenne de Soutien aux Réfugiés** et **SOS Jeunes**.

-Ou rendez-vous au Hub humanitaire 100 Av du Port à 1000 Bruxelles du lundi au vendredi de 11h à 16h pour une consultation médicale.

Le médecin pourra vous orienter rapidement vers l'établissement de santé le plus adapté. Cela vous protégera et évitera la propagation du coronavirus et d'autres maladies virales.