

PRÉVENTION DE LA PROPAGATION

La **RECHERCHE DE CONTACTS** est un processus qui vise à identifier et faire un suivi auprès des personnes qui ont été en contact avec une personne que l'on sait avoir contracté la COVID-19.

Ces personnes (appelées contacts) risquent d'être infectées par le virus et de le transmettre à d'autres.

La **RECHERCHE DE CONTACTS** aide ces personnes à comprendre les risques associés. Elle les aide également à limiter la propagation du virus en se faisant tester et en **s'auto-isolant**.

MESURES DE PRÉVENTION

Pratiquer la **distanciation physique** en restant à 2 mètres (un peu plus de 6 pieds) des autres.

Porter un **masque** quand la distanciation physique est difficile. Il est obligatoire de porter un masque dans les endroits publics intérieurs.

Se laver souvent les mains avec de l'eau et du savon ou avec un désinfectant pour les mains à base d'alcool. Ne pas se toucher les yeux, le nez ou la bouche sans s'être lavé les mains juste auparavant.

Freiner la propagation de germes en se couvrant la bouche et le nez à l'aide d'un tissu ou en toussant ou en éternuant dans votre manche et non dans la main.

PRENDRE SOIN DE SOI ET DES AUTRES

Rester en contact par téléphone, par vidéo ou par les médias sociaux

Parler à d'autres peut vous aider, vous et d'autres, à vous sentir soutenus et à faire face aux effets de cette pandémie.

Il est **NORMAL** de **NE PAS SE SENTIR BIEN**. Nous vous invitons à communiquer avec quelqu'un en appelant la Ligne de crise en santé mentale (24 heures sur 24 et 7 jours sur 7) au 613-722-6914.

La recherche de contacts dans le cadre du dépistage de la COVID-19



UNE PERSONNE EST TESTÉE POSITIVE À LA COVID-19. QUE SE PASSE-T-IL ENSUITE?

Santé publique Ottawa (SPO) communiquera avec la personne pour identifier toute les personne avec qui elle a eu des contacts dans les 48 heures avant le début de ses symptômes OU 48 heures avant son test, si elle n'avait pas de symptômes.

Une évaluation du risque est effectuée pour chaque personne identifiée.

FAIBLE RISQUE

Un contact à faible risque est une personne qui :

- a soigné une personne qui a reçu un diagnostic de COVID-19 en prenant les précautions appropriées (par exemple en portant un masque chirurgical, en se protégeant les yeux, en portant des gants jetables et en pratiquant une bonne hygiène des mains).
- a passé du temps en compagnie d'une personne qui a été diagnostiquée avec la COVID-19, tout en maintenant une distance de deux mètres.

Mesures à suivre

Si vous êtes un contact à faible risque :

- Faites de **l'auto-surveillance** pendant 14 jours.
- Abstenez-vous d'approcher des personnes à risque élevé qui ont un problème de santé ou un système immunitaire fragilisé ou encore des personnes âgées.
- Faites-vous tester si vous développez des symptômes de la COVID-19 (comme de la fièvre, de la toux ou de la difficulté à respirer). Rendez-vous à un **centre d'évaluation** ou à une **clinique** de soins.

RISQUE ÉLEVÉ = CONTACT ÉTROIT

Un contact à risque élevé est une personne qui :

- a eu un contact physique étroit (moins de 2 mètres)
- était dans la même pièce, dans le même espace de travail, dans le même endroit ou vit dans le même logis. (La durée de l'exposition augmente le risque.)
- a administré des soins directs à une personne diagnostiquée avec la COVID-19 sans avoir appliqué systématiquement les mesures de précaution appropriées.
- a été en contact direct avec des liquides corporels.

Mesures à suivre

Si vous êtes un contact à haut risque :

- Vous **DEVEZ** vous **auto-isoler** et vous **auto-surveiller** pendant 14 jours. Vous **NE DEVEZ PAS** revenir à votre lieu de travail.
- Faites-vous tester! Santé publique Ottawa vous indiquera le meilleur moment pour le faire.
- Si le résultat du test est négatif : Continuez de vous isoler pendant 14 jours à cause de l'exposition et parce que la COVID-19 aurait pu se développer (en incubation) au moment du test.
- Si le résultat du test est positif : SPO communiquera avec vous.