

FICHE D'INFORMATION A DESTINATION DES PATIENTS

SLA OU AUTRES MALADIES DU MOTONEURONE – COVID19



Le coronavirus ou COVID19 appartient à une famille de virus responsables d'infections dont la gravité varie entre les rhumes usuels hivernaux et de sévères infections respiratoires. Il se propage depuis plusieurs mois dans le monde et nous sommes actuellement en phase de pandémie et ce également en raison d'un nombre important de porteurs du virus asymptomatiques et s'ignorant comme tels.

L'inquiétude face à l'infection par le COVID19 est légitime. Si dans la plupart des cas, les formes de l'infection COVID19 sont bénignes, votre âge (plus de 50 ans et a fortiori plus de 70 ans), handicap ou atteinte respiratoire vous exposent à un risque supplémentaire d'avoir une forme grave de l'infection.

Les signes de l'infection sont : fièvre, maux de gorge, fatigue, toux et maux de gorge, épisode de diarrhée, courbatures ou gêne respiratoire inhabituelle. Ces symptômes apparaissent 3 à 4 jours après la contamination, mais l'apparition des signes peut être retardée jusqu'à 14 jours.

Le COVID19 se transmet par le contact avec d'autres personnes par la projection de gouttelettes. Cela peut arriver en discutant face à face à moins d'un mètre ou pendant plus de 15 minutes, ou par contact direct, simplement en se touchant le visage sans s'être lavé les mains auparavant.

Pour vous protéger et protéger les autres, **les précautions « barrière » sont à respecter scrupuleusement** par l'ensemble de la population, et très particulièrement par vous et aussi par les personnes de votre entourage direct, même si elles sont à risque moindre de développer une forme grave de l'infection :

- Lavez-vous très régulièrement les mains
- Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir
- Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le rapidement après
- Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades

Nous vous conseillons vivement de respecter les mesures de confinement, en ne sortant de votre domicile qu'en cas de nécessité absolue et en réduisant au strict minimum les visites d'autres personnes à votre domicile, y compris vos proches ou vos soignants habituels, y compris les orthophonistes ou kinésithérapeutes, à l'EXCEPTION de la kinésithérapie respiratoire.

Les conseils que nous portons aujourd'hui sont susceptibles d'évoluer en fonction de l'évolution des connaissances et de la pandémie.

Vous trouverez des informations régulièrement à jour sur le site : <https://www.gouvernement.fr/> ou en appelant le numéro vert : 0800 130 000 (en français –ouvert 7j/7 de 9h à 19h, appel gratuit)

Il est possible que vous vous posiez, en raison de votre pathologie, les questions suivantes.

- Si des personnes de votre entourage ou vos soignants à domicile présentent des signes de l'infection COVID19 ?

Il est nécessaire qu'elles évitent de se rendre à votre domicile, pendant toute la durée de leurs symptômes et 48 heures après la fin de ceux-ci.

Dans le cas où cela n'est pas envisageable (par exemple si vous habitez seul), elles doivent se rendre à votre domicile avec un masque, se laver soigneusement les mains avec du savon dès leur arrivée, rester à 2 mètres de vous de distance si possible, en aérant bien toutes les pièces.

- Si vous présentez des symptômes compatibles avec une infection COVID19 ?

Il est important de garder à l'esprit que ces symptômes peuvent être occasionnés par d'autres causes que l'infection COVID19.

- ✓ Si vous présentez fièvre, maux de gorge, fatigue, toux et maux de gorge ou courbatures, contactez votre médecin traitant, ou à défaut les permanences de soins joignables par téléphone et suivez leurs consignes.
- ✓ Si vous présentez des difficultés respiratoires ou une **aggravation** de votre essoufflement, contactez le SAMU-centre 15 et suivez également leurs consignes. Si vous ne pouvez parler au téléphone, vous pouvez demander de l'aide et recevoir des consignes par texto en envoyant un SMS au numéro : 114.

Si vous disposez d'un appareil de ventilation non-invasive et vous ressentez un manque d'air, mettez en route votre appareil même si habituellement vous ne l'utilisez que la nuit.

Pour soulager la fièvre ou la douleur en cas de suspicion COVID19 ou toute autre virose, évitez les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) et privilégiez le Paracétamol.

Nous vous déconseillons de vous rendre directement aux urgences sauf en cas de force majeure ou si cela vous a été conseillé par un médecin, car le risque de contamination est élevé dans ces services.

Si après avoir pris le conseil d'un médecin vous devez vous rendre à l'hôpital, prenez avec vous :

- **Le dernier compte rendu de consultation ou d'hospitalisation et votre dernière ordonnance**
- **Votre éventuel matériel de ventilation (ventilation non-invasive et in-exsufflateur)**

- Si vous avez un rendez-vous médical ou une hospitalisation programmée prévue dans le cadre de votre suivi ?

Prenez contact avec le secrétariat du médecin qui vous suit pour déterminer s'il est possible ou préférable de reporter la date de ce rendez-vous. Si vous disposez d'un appareil de ventilation non-invasive, et avez un RDV programmé dans les prochaines semaines, contactez l'UARD au 01 42 16 78 39 pour savoir si ce RDV doit être maintenu.

- Si vous avez des rendez-vous réguliers chez votre kinésithérapeute ou orthophoniste ?

Nous vous conseillons de suspendre les séances, à l'exception des séances de kinésithérapie respiratoire si elles sont nécessaires, et qui devront être réalisées si possible au domicile.

▪ Si vous êtes suivi par le réseau SLA Ile de France, vous pouvez également les contacter pour maintenir le lien avec vos soignants habituels.