

CORONAVIRUS SARS COV-2 / COVID-19

Informations sur les agents pathogènes chez l'homme – le vaccin et l'hygiène protègent !

Qu'est-ce que SARS-CoV-2 ?

SARS-CoV-2 (coronavirus du syndrome respiratoire aigu sévère 2) est un coronavirus qui se propage dans le monde depuis décembre 2019. L'infection peut revêtir des formes très différentes et être plus ou moins grave. La maladie associée est appelée Covid-19 (Corona Virus Disease 2019). Des mutations, à savoir des modifications du patrimoine génétique du coronavirus, sont à l'origine de l'existence de différents variants du virus SARS-CoV-2, dont les propriétés, telles que les symptômes de la maladie et la contagiosité, peuvent varier.

Comment le coronavirus SARS-CoV-2 se transmet-il ?

Le coronavirus SARS-CoV-2 se transmet principalement d'homme à homme, par l'inhalation de particules liquides contenant du virus. Les personnes infectées libèrent ces particules en toussant et en éternuant, mais aussi en respirant, en parlant et en chantant. Les particules de grande taille (gouttelettes) retombent rapidement sur le sol. En revanche, les petites gouttelettes, ou aérosols, peuvent rester en suspension dans l'air pendant un certain temps et s'accumuler dans les espaces clos. Le risque de transmission du virus est particulièrement élevé dans un rayon d'un à deux mètres autour d'une personne infectée. Mais une transmission par les aérosols est également possible à une distance plus importante, en particulier dans les espaces exigus ou mal aérés. La transmission du virus est très rare en dehors des espaces clos. Une infection dite « par contact », c'est-à-dire par l'intermédiaire des mains, est également possible.

Quels sont les symptômes des personnes atteintes ?

Le coronavirus SARS-CoV-2 provoque surtout une infection des voies respiratoires, mais il peut également toucher d'autres organes. La Covid-19 est une maladie systémique, ce qui signifie qu'elle affecte l'ensemble de l'organisme. Les symptômes et la gravité de la Covid-19 sont très variables d'un cas à l'autre. Certaines personnes peuvent ne présenter aucun symptôme, tandis que d'autres peuvent tomber gravement malades voire en mourir. Les symptômes seuls ne permettent pas d'identifier une infection au SARS-CoV-2. Les **symptômes fréquemment constatés** sont : toux, fièvre, rhume et maux de gorge, mais aussi troubles de l'odorat et/ou du goût. D'autres symptômes comme un essoufflement, des maux de tête et des douleurs articulaires ou encore une asthénie générale peuvent s'y ajouter. Certains malades font état de troubles gastro-intestinaux, tels que des nausées, une perte d'appétit, des vomissements, des maux de ventre et des diarrhées. D'autres symptômes encore sont également possibles. Dans les cas graves, des **complications** comme une pneumonie, des maladies inflammatoires du système nerveux, du cerveau ou des méninges ou encore des maladies du système cardiovasculaire, du foie ou des reins peuvent se manifester. Des problèmes circulatoires, des caillots sanguins (embolies) et des inflammations du muscle cardiaque peuvent aussi se produire. Les réactions inflammatoires les plus graves (syndrome hyper-inflammatoire) peuvent entraîner la défaillance d'organes. Des symptômes peuvent persister ou réapparaître chez une personne même plusieurs semaines ou mois après qu'elle a contracté la Covid-19. Les **effets à long terme** sur la santé, qui subsistent plus de quatre semaines après une infection au SARS-CoV-2, sont appelés **Covid long**. Les symptômes les plus fréquents du Covid long sont notamment un état de fatigue ou d'épuisement et une perte d'endurance, un essoufflement, des problèmes de concentration et de mémoire, des troubles du sommeil, une faiblesse et des douleurs musculaires ainsi que des troubles psychiques, par exemple des symptômes dépressifs. Chez les **enfants**, une infection au SARS-CoV-2 présente le plus souvent des symptômes légers ou est asymptomatique, même si des formes graves et des effets à long terme sur la santé sont aussi possibles. Le syndrome inflammatoire multi-systémique pédiatrique (PIMS) est l'une des rares complications constatées chez les enfants et les adolescents. Il s'agit d'une maladie inflammatoire accompagnée de fièvre, de troubles gastro-intestinaux et de problèmes cardiaques et nécessitant souvent des soins intensifs, même si elle se soigne bien désormais.

Quand la maladie se déclare-t-elle et combien de temps est-elle contagieuse ?

Il s'écoule environ trois à cinq jours entre l'infection au coronavirus SARS-CoV-2 et l'apparition de la maladie, mais cette durée peut varier. Les personnes infectées peuvent contaminer d'autres personnes avant de développer des symptômes. C'est dans les cinq jours avant et après le début des symptômes que le risque de contagion est le plus élevé. Pour les formes légères de la maladie, la contagiosité décroît généralement de manière continue et significative dans les dix premiers jours suivant l'apparition des symptômes. Exceptionnellement, notamment en cas de forme grave de la maladie ou d'immunodéficience, les personnes touchées peuvent rester contagieuses nettement plus longtemps.

Qui est particulièrement vulnérable ?

Des personnes jeunes ou n'ayant pas d'antécédents connus peuvent aussi développer une forme grave de la Covid-19, mais ces formes graves sont plus souvent observées chez les groupes suivants :

- ▶ personnes âgées,
- ▶ hommes,
- ▶ fumeuses et fumeurs,
- ▶ personnes en surpoids ou obèses,
- ▶ femmes enceintes,
- ▶ personnes atteintes du syndrome de Down (trisomie 21),
- ▶ personnes atteintes de certaines maladies cardiovasculaires (maladie cardiaque coronarienne ou hypertension, par exemple), de maladies pulmonaires chroniques (BPCO, par exemple), de maladies chroniques des reins et du foie, de maladies neurologiques et psychiatriques (démence, par exemple), de diabète, de cancers, d'un affaiblissement du système immunitaire (par exemple en raison d'une maladie ou de la prise de médicaments affaiblissant les défenses immunitaires, tels que la cortisone).

Où puis-je m'informer ?

Les personnes âgées et autres personnes présentant un risque accru de développer une forme grave de la maladie doivent consulter leur médecin sans tarder si elles présentent des symptômes courants de la Covid-19. Une prise en charge précoce permet de traiter les formes graves de manière optimale. Il est parfois possible d'administrer des médicaments mis au point récemment et qui, s'ils sont utilisés suffisamment tôt, s'avèrent très efficaces pour le traitement des personnes présentant un risque de développer une forme grave de la Covid-19. Ceci permet généralement d'éviter les formes très graves.

Si votre état de santé ne s'améliore toujours pas au bout d'une semaine voire se détériore, veuillez téléphoner sans tarder à votre cabinet médical ou, si nécessaire, au service de garde médical en composant le 116 117.

En cas d'urgence, par exemple en cas de détresse respiratoire aiguë, composez le 112.

Il est également recommandé aux personnes jeunes ou ne présentant pas de risque de développer une forme grave de la maladie de se soumettre à un test si elles présentent des symptômes associés au SARS-CoV-2. Si le test effectué confirme une infection au SARS-CoV-2, les personnes concernées doivent **s'isoler** afin d'éviter de transmettre le virus à d'autres personnes.

Comment puis-je me protéger de SARS-CoV-2 ?

Vaccination

La mesure de protection la plus importante contre la Covid-19, en particulier contre ses formes graves, est la vaccination. La Commission permanente des vaccins (STIKO) recommande une immunisation de base et des doses de rappel. La vaccination contre la Covid-19 protège efficacement contre les formes graves de la maladie et réduit la probabilité de développer un Covid long ou un PIMS chez les enfants. Toutefois, elle ne saurait offrir une protection absolue. Les personnes vaccinées peuvent être infectées et contaminer d'autres personnes, même en ne présentant aucun symptôme. Pour en savoir plus sur les recommandations actuelles en matière de vaccination contre la Covid-19 et la vaccination obligatoire de certains groupes, rendez-vous sur www.infektionsschutz.de/coronavirus/schutzimpfung/.

Gestes barrières

Afin de se protéger et de protéger les autres et suivant la situation sanitaire, toutes les personnes, y compris celles qui sont vaccinées ou sont rétablies de la Covid-19, doivent respecter les **gestes barrières** : garder ses **distances**, suivre les **règles d'hygiène**, porter un **masque au quotidien**, **aérer** régulièrement et utiliser l'application **Corona-Warn-App**. Suivant la situation sanitaire, des mesures particulières peuvent être adoptées localement, telles que le port du masque obligatoire ou des restrictions des contacts.

Où puis-je m'informer sur SARS-CoV-2 et la Covid-19 ?

Pour obtenir des informations complètes sur la Covid-19, consultez les pages de la Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) sur <https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/>.

Le **service de santé publique local** se tient à votre disposition pour vous informer et vous conseiller. Toutefois, lorsque le taux d'incidence est élevé, il n'est souvent pas possible de joindre les services de santé publique par téléphone.

Néanmoins, leurs sites internet indiquent généralement par quels moyens les contacter. D'autres informations (spécialisées) sont disponibles sur le site du Robert Koch-Institut (RKI) : www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/nCoV.html.



TAMPON

Publication :

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Cologne, Allemagne. Tous droits réservés.

Réalisé en collaboration avec le Bundesverband der Ärztinnen und Ärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes e.V. et en accord avec le Robert Koch-Institut.

Ce document d'information public peut être téléchargé gratuitement sur le site www.infektionsschutz.de.