



## **Maladie à coronavirus 2019 (COVID-19) : Foire aux questions (FAQ) sur l'isolement et la quarantaine**

Mis à jour le 8 octobre 2020

**Sous la direction du gouverneur Larry Hogan, les agences d'État continuent de développer des plans de prévention et d'intervention complets et coordonnés pour la maladie à coronavirus 2019 (COVID-19).**

**Le ministère de la Santé du Maryland (MDH) communiquera directement avec le public, fournissant des mises à jour au fur et à mesure que cette situation se développe et des informations précises sur la façon de vous protéger et de protéger votre famille.**

**Si vous avez des questions sur la COVID-19 auxquelles vous ne trouvez pas de réponse ici, appelez votre service de santé local ou composez le 2-1-1.**

### **Quelle est la situation actuelle de la COVID-19 dans le Maryland ?**

Des informations à jour sur les tests et le nombre de cas dans le Maryland sont disponibles à l'adresse [coronavirus.maryland.gov](https://coronavirus.maryland.gov) . La page est mise à jour quotidiennement.

Le vendredi 4 septembre, le Maryland est passé de la deuxième à la troisième étape du « Maryland Strong: Roadmap to Recovery » avec des réouvertures supplémentaires sûres et progressives de la plupart des activités avec des exigences de distanciation sociale et de couverture du visage. La troisième étape sera mise en œuvre en plusieurs phases avec une approche flexible et communautaire qui habilite les juridictions individuelles à prendre des décisions concernant le moment des réouvertures. Pour connaître l'état de la réouverture des juridictions du Maryland, veuillez visiter <https://governor.maryland.gov/recovery/> .

Il est conseillé aux Marylanders de tenir compte de toutes les directives de santé publique nationales et locales :

- Tous les Marylanders qui sont plus âgés et qui ont des problèmes de santé sous-jacents qui les mettent à un risque accru de la COVID-19 est conseillé d'éviter les foules
- Les employeurs devraient continuer à encourager le télétravail pour leurs employés dans la mesure du possible
- Tout le monde doit continuer à porter des masques ou se couvrir le visage dans les espaces publics, les entreprises, et sur les transports publics
- Les Marylanders devraient continuer à pratiquer la distanciation physique, en restant à six pieds quand cela est possible

Des informations sur la réponse continue de l'administration Hogan à la COVID-19 sont disponibles à l'adresse <https://governor.maryland.gov/coronavirus/> .

### **Quelle est la différence entre la quarantaine et l'isolement ?**

**L'isolement** est la séparation des personnes atteintes de la COVID-19 des autres. Les personnes isolées doivent rester à la maison et se séparer autant que possible des autres. Le partage de la nourriture, des ustensiles, des toilettes et des chambres à coucher, ainsi que le contact avec les animaux domestiques, doivent être évités.

**La quarantaine** est destinée aux personnes qui peuvent avoir été exposées à la COVID-19 parce qu'elles étaient en contact étroit avec une personne atteinte de la COVID-19. Ces personnes peuvent tomber malades ou non. Les personnes en quarantaine doivent rester à la maison autant que possible pendant 14 jours, limiter leurs contacts avec d'autres personnes, et se surveiller de près pour les symptômes de la COVID-19. La plupart des personnes qui tomberont malades tomberont malades dans les 2 à 14 jours suivant l'exposition.

### **Qu'est-ce qu'un contact étroit ?**

Un contact étroit est défini par le CDC comme étant à moins de 6 pieds d'une personne infectée pendant au moins 15 minutes à partir de 2 jours avant le début de la maladie (ou, pour les patients asymptomatiques, 2 jours avant le prélèvement de l'échantillon) jusqu'au moment où le patient est isolé.

### **Je viens de tester positif pour la COVID-19. Que dois-je faire ?**

Suivez les conseils de votre professionnel de la santé. La plupart des gens peuvent récupérer à la maison. Il est important que vous restiez à la maison et que vous preniez soin de vous. Éloignez-vous ou isolez-vous des autres autant que vous le pouvez. Lisez les conseils du CDC sur [Quoi faire si vous êtes malade](#). N'ayez pas de visiteurs, à moins qu'ils ne s'occupent de vous.

### **Quand est-il sécuritaire de reprendre des activités normales après avoir été isolé ?**

La plupart des personnes présentant des symptômes de COVID peuvent suivre les trois conditions des CDC avant d'être avec d'autres personnes :

1. Cela fait au moins 10 jours que vous vous êtes senti malade pour la première fois, ET
2. Cela fait au moins 24 heures que vous avez eu de la fièvre pour la dernière fois sans médicament réduisant la fièvre, ET
3. Tous vos autres symptômes de la COVID-19 se sont améliorés.

Si vous avez été testé positif mais que vous ne présentez aucun symptôme et que vous continuez à aller bien, vous pouvez être avec d'autres personnes 10 jours après le test positif.

Lorsque vous êtes entouré d'autres personnes, n'oubliez pas de rester à six pieds l'un de l'autre et de porter un masque facial.

Ces conseils sont susceptibles de changer. Parlez à votre fournisseur de soins de santé, surtout si vous souffrez d'un problème de santé sous-jacent à haut risque ou si vous avez 65 ans et plus. Vous devrez peut-être rester à l'écart des autres plus longtemps.

### **Quand puis-je reprendre mes activités normales après avoir été en quarantaine ?**

Si vous ne présentez aucun symptôme, il est généralement prudent de reprendre vos activités normales 14 jours après votre dernier contact avec une personne atteinte de la COVID-19.

### **Mes résultats de test de la COVID-19 positifs seront-ils rapportés à quelqu'un ?**

Oui. En vertu de la loi du Maryland, les résultats positifs du test de la COVID-19 seront signalés au département de la santé du Maryland et au département de la santé local. Cependant, vos informations ne seront pas partagées avec le public, ni dans le cadre d'enquêtes de recherche de contacts avec des personnes qui peuvent avoir eu des contacts étroits avec vous. Voir [covidLINK](#).

### **Quels symptômes nécessitent une attention médicale immédiate ?**

Appelez le 911 ou rendez-vous au fournisseur de soins d'urgence le plus proche si vous avez :

- Difficulté à respirer
- Douleur ou pression persistante dans la poitrine
- Nouvelle confusion
- Incapacité de se réveiller ou de rester éveillé
- Lèvres ou visage bleuâtres

Faites savoir au 911 ou au fournisseur que vous avez la COVID-19. Cela les aidera à savoir comment prendre soin de vous et éviter que d'autres personnes ne soient infectées.

## **Comment puis-je protéger ma famille ou mes soignants pendant la convalescence de la COVID-19 à la maison ?**

Essayez de rester à l'écart des autres autant que possible. Essayez de rester dans une pièce et, si vous le pouvez, n'utilisez pas la même salle de bain qu'eux. Lorsque vous êtes entouré d'autres personnes, portez un masque facial et demandez-leur d'en porter un aussi. Tout le monde devrait se laver les mains souvent. Évitez de partager quoi que ce soit comme la vaisselle, les serviettes ou la literie. Assurez-vous que toutes les zones de contact élevé sont désinfectées tous les jours. Voir [Prendre soin d'une personne malade à la maison.](#)

### Conseils pour les soignants :

- Se laver les mains souvent.
- Évitez de toucher vos yeux, votre nez et votre bouche.
- Les espaces partagés de la maison doivent avoir une bonne circulation d'air. Si vous le pouvez, ouvrez une fenêtre ou utilisez un ventilateur. Cela aidera à éliminer les gouttelettes respiratoires de la COVID-19 de l'air.
- Portez un masque facial et des gants jetables lorsque vous touchez ou êtes en contact avec le patient, en particulier lorsque vous êtes en contact avec son sang, ses selles ou ses liquides organiques, tels que la salive, les expectorations, le mucus nasal, les vomissements, l'urine.
- Lavez les vêtements ou la literie qui contiennent du sang, des selles ou des liquides organiques. Gardez les objets souillés loin de votre corps. Lavez soigneusement le linge.
- Lors du retrait des gants et du masque, retirez et jetez d'abord les gants. Ensuite, lavez-vous les mains tout de suite. Ensuite, retirez et jetez le masque facial et lavez-vous à nouveau les mains.
- Jetez les masques jetables et les gants après les avoir utilisés. Ne réutilisez pas.
- Placez tous les gants jetables, masques faciaux et autres objets contaminés usagés dans une poubelle doublée. Lavez-vous les mains immédiatement après avoir manipulé ces articles.
- Nettoyez tous les jours toutes les surfaces « fréquemment touchées », telles que les comptoirs, les dessus de table, les poignées de porte, les accessoires de salle de bain, les toilettes, les téléphones, les claviers, les tablettes et les tables de chevet. Nettoyez également toutes les surfaces susceptibles de contenir du sang, des selles ou des liquides organiques.
- Les membres du ménage doivent prendre soin de tous les animaux domestiques de la maison. Ne manipulez pas les animaux domestiques ou autres animaux en cas de maladie. Pour plus d'informations, voir [la COVID-19 et les animaux.](#)