

# Maladie à coronavirus (COVID-19)

(Coronavirus disease (COVID 19))

## Marche à suivre après avoir quitté les urgences ou un centre de soins d'urgence

(Care instructions after you leave the emergency department or urgent care centre)

---

*Ces informations ont été traduites dans d'autres langues; veuillez consulter les liens en bas de cette page.*

Il n'est pas nécessaire de rester à l'hôpital. Vous pouvez rester chez vous pendant que vous attendez les résultats du test de dépistage de la COVID-19 et que vous vous rétablissez de votre maladie.

### Appelez le 9-1-1 :

(Call 911 if you:)

- s'il y a apparition ou aggravation de difficultés respiratoires;
- s'il y a apparition ou aggravation de douleurs thoraciques;
- si vous êtes confus(e) ou que vous n'êtes pas lucide;
- si vous vous évanouissez (perdez connaissance).

### Communiquez avec votre fournisseur de soins de santé ou avec Health Link au 8-1-1, ou obtenez des soins médicaux si :

(Call your healthcare provider or Health Link at 811 or get medical care if:)

- vos symptômes ne s'améliorent pas après 7 à 14 jours;
- vous commencez à mieux aller, puis votre état s'aggrave;
- vous pensez que vos médicaments ne fonctionnent pas ou que vous éprouvez des effets secondaires;
- vous présentez des signes et des symptômes de déshydratation, notamment :
  - la bouche très sèche;
  - une petite quantité d'urine lorsque vous allez à la toilette;
  - un étourdissement.

### Appelez votre fournisseur de soins de santé :

(Call your healthcare provider:)

- pour un rendez-vous de suivi;
- si vous avez des problèmes ou des questions non urgents;
- si cela fait plus de 5 jours et que vous n'avez toujours pas reçu les résultats de votre test de dépistage de la COVID-19.

### Isolez-vous

(Isolate yourself)

Après avoir quitté les urgences ou le centre de soins d'urgence, il est recommandé que vous vous isoliez. Cela signifie que vous :

- **restez chez-vous** et loin des autres;
- **quittez seulement** votre domicile si vous avez besoin de soins médicaux;
- n'utilisez pas les transports en commun (comme l'autobus ou le train);

- portez un masque si vous devez être près d'autres personnes, comme des personnes qui sont chez vous ou lorsque vous recevez des soins médicaux;
- toussiez et éternuez dans votre manche ou votre coude ou que vous vous couvrez la bouche et le nez avec un mouchoir (jetez-le immédiatement à la poubelle et lavez-vous les mains après l'avoir utilisé);
- vous lavez souvent les mains avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes – si vous n'avez pas d'eau et de savon, vous utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool;
- évitez de vous toucher les yeux, le nez, la bouche et le visage;
- essayez de vous tenir à l'écart des autres personnes de votre domicile et ne comptez que sur une seule personne en bonne santé pour s'occuper de vous (au besoin);
- restez dans une chambre distincte et utilisez des toilettes distinctes de celles qu'utilisent tous les autres membres de votre famille (si possible);
- ne partagez pas d'articles personnels comme de la literie, des serviettes, de la vaisselle, des ustensiles et des appareils électroniques;
- nettoyez et désinfectez votre maison tous les jours avec des nettoyeurs et des lingettes ou des vaporisateurs désinfectants pour la maison.

Suivez les conseils qui vous sont fournis pour savoir quand vous pouvez arrêter de vous isoler. En cas de doute, appelez Health Link au 8-1-1.

Pour en savoir plus quant aux recommandations en matière d'isolation, consultez [recommandations en matière d'isolation](#)

## **À propos de la COVID-19** (About COVID-19)

La COVID-19 est causée par un virus. Les symptômes de la COVID-19 sont très semblables à ceux de la grippe (influenza) et d'autres maladies qui touchent les poumons et les voies respiratoires (appelées maladies respiratoires). La COVID-19 peut entraîner :

- fièvre
- toux
- essoufflement
- difficultés respiratoires
- maux de gorge
- écoulement nasal

## **Prendre soin de soi à la maison** (Caring for yourself at home)

- Reposez-vous le plus possible pour vous aider à vous sentir mieux.
- Buvez beaucoup de liquides.
- Ajoutez un oreiller pour relever votre tête si la toux vous gêne pour dormir la nuit.
- Ne fumez pas, ne vapotez pas et ne respirez pas de fumée secondaire.
- Pour soulager la douleur et les maux de tête ou pour réduire la fièvre, prenez de l'acétaminophène (comme du Tylenol) en suivant les instructions indiquées sur la boîte.

Maladie à coronavirus (COVID-19) : Directives de soins après avoir quitté les urgences ou un centre de soins d'urgence

(Care instructions after you leave the emergency department or urgent care centre)

- Ne prenez pas d'antihistaminiques, comme du Benadryl ou de la Réactine pour gérer les symptômes de la COVID-19. Ces médicaments sont utilisés pour aider à maîtriser les symptômes d'allergie, non pas les infections des voies respiratoires supérieures.
- Prenez vos médicaments exactement comme prescrit.

Pour en savoir plus sur comment prendre soin de vous à la maison, consultez le [Guide pour prendre soin de soi avec la COVID-19](#)

### Où puis-je en apprendre plus?

(Where can I learn more?)

Consultez les sites Web suivants pour obtenir les informations les plus récentes sur la COVID-19 :

- Alberta Health : [alberta.ca/covid](https://alberta.ca/covid)
- Alberta Health Services (Informations pour les Albertains) : [ahs.ca/covid](https://ahs.ca/covid)
- Alberta Health Services (Conseils aux personnes ayant subi un test pour la COVID-19) : [ahs.ca/results](https://ahs.ca/results)
- Government of Canada : [canada.ca/covid-19](https://canada.ca/covid-19)
- MyHealth.Alberta.ca : [Marche à suivre pour les soins pour la maladie à coronavirus \(COVID-19\)](#)

### En lien avec la maladie à coronavirus (COVID-19)

(Related to Coronavirus Disease (COVID-19))

- [COVID-19 : Alberta Health Services](#)
- [Renseignements sur la COVID-19 à l'intention des Albertains : Alberta Health](#)

**Pour obtenir des conseils de la part du personnel infirmier 24 h sur 24, 7 jours sur 7, ainsi que des renseignements généraux sur la santé, appelez Health Link au 8-1-1.**

**Dernière révision :** 17 août 2022

**Auteur :** Emergency Strategic Clinical Network, Alberta Health Services

Cette œuvre ne remplace pas les conseils d'un professionnel de la santé qualifié. Cette œuvre est destinée à des fins d'information générale et est fournie sur une base « telle quelle » et « comme telle ». Bien que des efforts raisonnables aient été déployés pour assurer l'exactitude des informations contenues, Alberta Health Services ne prend aucune représentation ou garantie, expresse, implicite ou légale, quant à l'exactitude, la fiabilité, l'exhaustivité, l'applicabilité ou la pertinence à des fins particulières de ces informations. Alberta Health Services rejette explicitement toute responsabilité relative à l'utilisation de cette œuvre, ainsi que toute réclamation, mesure, demande ou poursuite découlant d'une telle utilisation.