



Partie de prévention et de protection

(y compris les signes d'attention de la population particulière)

1. Quelles sont les précautions personnelles contre les infections du 2019-nCoV?

- 1) Lavez-vous les mains à l'eau et au savon pendant au moins de 20 secondes, ou utilisez un savon à mains contenant au moins de 60% d'alcool
- 2) Évitez de toucher les yeux, le nez et la bouche avec vos mains
- 3) Voyagez avec des masques pour éviter les foules. Restez en contact avec des personnes à plus de 1 mètre et évitez de rester dans les lieux publics.
- 4) Évitez tout contact étroit avec toute personne qui présente des symptômes de rhume ou de grippe
- 5) Essayez d'éviter le contact avec des animaux sauvages ou d'élevage sans protection.

(Référence: Foire aux questions et réponses de l'OMS sur le nouveau coronavirus, «National Coronary Pneumonia Prevention and Control Knowledge Manual» de la Commission nationale de la santé et de l'hygiène, Académie chinoise des sciences médicales et Collège médical de Pékin «Concordia New Coronavirus Pneumonia Protection Manual», le Centre de prévention et de contrôle des maladies des Etats-Unis)

2. Que sont les contacts étroits?

Les contacts étroits sont ceux avec des cas suspects, confirmés et légers de pneumonie associés à une infection du nouveau coronavirus. Une fois l'infection asymptomatique détectée positive, l'une des expositions suivantes se produit, mais aucune mesure de protection efficace n'est prise:

- 1) Les personnes qui vivent, étudient, travaillent ou ont des contacts étroits, comme travailler près les uns des autres ou vivre dans la même classe ou maison;
- 2) Traitement médical, soins infirmiers, personnel médical de cas en visite, membres de la



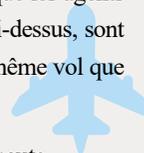
famille ou autres personnes ayant des contacts étroits similaires, tels que visiter ou rester dans un environnement fermé avec d'autres patients et leur personnel d'accompagnement dans la salle;

- 3) Les personnes qui sont en contact étroit avec le même moyen de transport, y compris les soins aux soignants (famille, entreprise, amis, etc.) pendant le transport, ou qui sont susceptibles d'être en contact étroit avec le cas (cas suspects, cas confirmés après enquête et évaluation)) Et autres passagers et agents de bord de personnes infectées (cas bénins, infections asymptomatiques);
- 4) Les enquêteurs sur place sont jugés cohérents avec les autres contacts avec des contacts étroits après l'évaluation.

Jugement et conseils pour les contacts étroits des véhicules

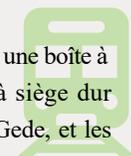
I. L'avion

- 1) En général, tous les passagers de la même rangée et des trois rangées à l'avant et à l'arrière des sièges dans les cabines des avions civils, ainsi que les agents de bord qui fournissent des services de cabine dans les zones ci-dessus, sont considérés comme des contacts étroits. Autres passagers sur le même vol que les contacts généraux.
- 2) Passagers d'un aéronef civil non équipé d'un filtre à particules à haute efficacité.
- 3) D'autres personnes connues pour être en contact étroit avec l'affaire.



II. Train de voyageurs ferroviaire

- 1) Tous les passagers et agents de bord dans le cas de trains climatisés entièrement fermés avec des sièges durs, des traverses rigides ou des traverses souples dans le même compartiment.
- 2) Voyagez dans une voiture ordinaire non entièrement fermée, dans une boîte à couchette molle dans la même pièce, ou dans une voiture à siège dur (couchette dure) au même niveau et à l'avant et à l'arrière de Gede, et les agents de bord desservant la zone.
- 3) Autres personnes connues pour être en contact étroit avec l'affaire.





III. La voiture

- 1) Lorsque vous voyagez dans un bus entièrement climatisé, toutes les personnes voyageant dans la même voiture que le cas.
- 2) Lorsque vous voyagez dans une voiture de tourisme ordinaire ventilée, les passagers et les passagers sur trois rangées de sièges avant et après la même valise que la valise.
- 3) Autres personnes connues pour être en contact étroit avec l'affaire.



IV. Le navire

Toutes les personnes dans la même cabine que l'affaire et les agents de bord desservant la cabine. Si le patient présente des symptômes graves tels que fièvre élevée, éternuements, toux, vomissements lors du contact avec le cas, quelle que soit la durée, ils doivent être considérés comme des contacts étroits.

(Référence: National Coronary Health Commission "Pneumonitis Prevention and Control Plan for New Coronavirus Infection (Fourth Edition)")

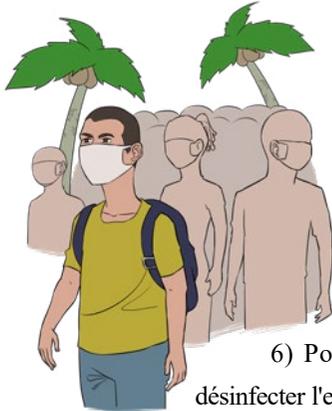
3. Que faire en tant que contacts étroits?

À l'heure actuelle, des mesures préventives de santé publique, telles qu'une observation médicale isolée plus stricte, sont adoptées pour les contacts étroits. Après votre retour à votre lieu de résidence, vous pouvez faire attention au renforcement de votre protection corporelle dans les 2 semaines. Si vous êtes averti par le CDC, vous devez subir une observation médicale à domicile et un suivi régulier avec les médecins de la communauté. La méthode d'auto-isolement est la suivante:

- 1) Placer la quarantaine dans une pièce séparée bien ventilée. S'il n'y a pas de pièce séparée, les soignants doivent également être à au moins 1 mètre des contacts étroits.
- 2) Les membres de la famille doivent porter des masques lorsqu'ils entrent dans l'espace de la quarantaine. Refuser les visites des personnes à l'intérieur et à l'extérieur de la famille.
- 3) Limiter les activités des personnes mise en quarantaine et s'assurer que la zone partagée (toilettes, salle de bain, etc.) est bien ventilée.
- 4) Ne pas cracher, se couvrir la bouche et le nez avec un mouchoir ou un coude lorsqu'il tousse

ou éternue.

5) Se Laver les mains fréquemment. Lorsqu'il se lave les mains à l'eau et au savon, il est



préférable d'utiliser des serviettes en papier jetables. Minimiser et éviter le contact avec les fournitures utilisées par les contacts étroits (téléphones portables, télécommandes, vaisselle, serviettes, etc.) et désinfecter les fournitures publiques (tables, chaises, poignées de porte, etc.). Il est recommandé d'utiliser des désinfectants au chlore et des désinfectants à l'acide peracétique .

6) Porter des gants et des masques jetables pour nettoyer et désinfecter l'environnement domestique, éponger le sol avec un désinfectant

contenant du chlore tous les jours, sceller et éliminer les ordures. Gardez votre environnement domestique propre.

4. Qu'arrive-t-il à la personne en quarantaine qui a besoin de soins médicaux?

Dès que le sujet présente des symptômes tels que fièvre (température sous les bras $\geq 37,3$ ° C), toux, essoufflement et autres symptômes cliniques précoces d'infections respiratoires aiguës, il doit consulter immédiatement un médecin conformément aux recommandations suivantes:

- 1) Une fois que la personne mise en quarantaine présente des symptômes, il est plus sûr de porter un masque et de garder une distance d'environ 1,5 mètre à 2 mètres des autres personnes.
- 2) Les transports en commun doivent être évités autant que possible. Vous pouvez appeler le 120 ou vous rendre à l'hôpital. Faites attention à ouvrir les fenêtres pour maintenir la ventilation et désinfecter les voitures particulières au besoin.
- 3) Toutes les personnes et tout le personnel médical qui entrent en contact avec la personne affectée doivent se laver les mains en temps opportun.
- 4) Toute partie du véhicule contaminée par des sécrétions respiratoires ou des fluides corporels doit être désinfectée à temps réel (1 partie d'eau de Javel + 99 parties d'eau).



5. Pourquoi les contacts étroits devraient-ils être observés pendant 14 jours isolément?

Sur la base de l'enquête épidémiologique actuelle, la période d'incubation de la pneumonie du nouveau coronavirus est principalement de 3 à 7 jours, tout en se référant à la période d'incubation des maladies causées par d'autres coronavirus et à la prévention et au contrôle actuels, la période d'observation médicale des contacts étroits est fixée à 14 jours. Et un contact étroit avec les observations médicales à domicile. Le sujet observé a expiré 14 jours après le dernier contact non protégé avec le cas ou une exposition suspecte, et ceux qui n'ont pas développé la maladie peuvent reprendre des études, un travail et une vie normale.

(Référence: Foire aux questions et réponses de l'OMS sur le nouveau coronavirus, Manuel des connaissances sur la prévention et le contrôle de la nouvelle pneumonie coronarienne de la Commission nationale de la santé de l'hygiène et Manuel de protection de la concordance contre le nouveau coronavirus pneumonie par l'Académie chinoise des sciences médicales et le Collège médical de l'Union de Pékin)

6. Quelles sont les précautions de prévention familiales?

- 1) Pendant l'épidémie, pour les familles ordinaires, il est recommandé que la pièce soit bien ventilée.
- 2) La surface du sol, de la table, des meubles et autres objets doit être nettoyée quotidiennement et désinfectée régulièrement.
- 3) Les membres de la famille ne partagent pas les serviettes, gardent leur maison et leur vaisselle propres et lavent leurs vêtements fréquemment.
- 4) Surveillance proactive de la santé des individus et des membres de la famille. Mesure de température active lorsque vous vous sentez fiévreusement conscient.
- 5) Après votre retour à la maison, lavez-vous les mains avec un désinfectant pour les mains et de l'eau courante, ou désinfectez-vous les mains avec un désinfectant efficace.
- 6) Lorsque des symptômes suspects apparaissent parmi les membres de la famille, les autres membres de la famille doivent être isolés et protégés, et envoyés au médecin en temps opportun. Après la consultation, la pièce isolée et les éléments de contact (tels que le plancher du salon, la salle de bain, les comptoirs de meubles, les poignées de porte, les ustensiles de salle à manger, etc.) doivent être désinfectés. Lavez-vous les mains immédiatement après la désinfection.

(Référence: *Guides de direction pour la prévention publique de la pneumonie infectée par le nouveau coronavirus*, par le Centre chinois de contrôle et de prévention des maladies et *Manuel de protection contre la pneumonie du nouveau coronavirus*, par Xiehe Collège médical de Pékin de l'Académie chinoise des sciences médicales)

7. Comment se prévenir dans les lieux publics?

- 1) Sur le chemin du travail: porter correctement des masques médicaux jetables. Essayer de ne pas utiliser les transports en commun. Il est recommandé de marcher, de faire du vélo ou de prendre une voiture ou une navette privée. Essayer d'éviter de toucher le contenu de la voiture avec vos mains pendant le trajet. Après le retour à la maison, retirer le masque et se laver d'abord les mains.



- 2) Repas à la cafétéria: Repas utilisant le mauvais pic. Il est recommandé aux employés qualifiés d'apporter leurs propres boîtes à lunch et de les ramener au bureau pour manger après l'achat afin d'éviter l'encombrement.
- 3) Maintenir la circulation de l'air dans les lieux publics, renforcer la ventilation et ouvrir les fenêtres pour éviter les fêles multiples.
- 4) Garder l'environnement hygiénique et propre et nettoyez les ordures à temps.
- 5) Dans les zones où la maladie est endémique, le public devrait faire de son mieux pour éviter de se rendre dans les lieux publics, en particulier éviter les endroits où la foule est dense et la mauvaise circulation d'air.

(Référence: Guides de direction pour la prévention publique de la pneumonie infectée par le nouveau coronavirus, par le Centre chinois de contrôle et de prévention des maladies et Manuel de protection contre la pneumonie du nouveau coronavirus, par Xiehe Collège médical de Pékin de l'Académie chinoise des sciences médicales)

8. Comment se laver les mains correctement?

Se laver les mains fréquemment et utiliser les bonnes méthodes peut effectivement couper la transmission du virus, c'est donc très nécessaire. Se laver les mains après avoir toussé et éternué, avant ou après avoir contacté des personnes extérieures ou des patients, avant ou après avoir préparé des aliments, avant les repas, après être allé aux toilettes, après avoir contacté des animaux, après avoir manipulé des ordures, à l'extérieur, au travail, au magasinage ou après avoir touché des pièces de monnaie.

Se Laver toujours les mains à l'eau courante, pas à l'eau du bassin, et frotter pendant au moins 20 secondes. Ne pas simplement vous laver les mains avec de l'eau, il faut utiliser du savon ou un désinfectant pour les mains pour éliminer efficacement les bactéries pathogènes. Si l'on utilise un désinfectant pour les mains sans alcool, il faudrait faire attention à la date d'expiration



de "l'utilisation après l'ouverture" dans la description du produit. Généralement, la période d'utilisation après ouverture de la bouteille ne dépasse pas 30 jours.

Il faut que les procédures de se laver les mains soit correctes:

- 1) Mouiller les mains sous l'eau courante.
- 2) Prener une quantité appropriée de désinfectant pour les mains (savon) et appliquer cela uniformément sur toute la paume, le dos des mains, les doigts et les doigts.
- 3) Se Frotter soigneusement les mains pendant au moins 15 secondes, l'opération spécifique est la suivante (figure): a. Paumes face à face, doigts rapprochés, se frottant; b. Paumes se frottant le long du dos des doigts, échangées; c. Paumes se faisant face, mains croisées Se frotter les uns les autres; d. Plier les doigts de sorte que les articulations tournent et se frotter sur la paume de l'autre main, et échanger; e. Tenir le pouce de la main gauche avec la main droite, tourner et frotter, et échanger; L'échange a lieu; f. Rassemblez le bout de cinq doigts sur la paume de l'autre main pour faire pivoter et pétrir, en échange.
- 4) Se Rincer soigneusement les mains sous l'eau courante.
- 5) Sécher les mains et prenez une quantité appropriée de lotion pour les mains pour les soins de la peau.

Six-step hand-washing method to prevent Novel Coronavirus Pneumonia



■ Paumes face à face, doigts rapprochés, se frottant.



■ Paumes se frottant le long du dos des doigts, échangées.



■ Paumes se faisant face, mains croisées Se frotter les uns les autres.



■ Plier les doigts de sorte que les articulations tournent et se frotter sur la paume de l'autre main, et échanger.



■ Tenir le pouce de la main gauche avec la main droite, tourner et frotter, et échanger; L'échange a lieu.



■ Pf. Rassemblez le bout de cinq doigts sur la paume de l'autre main pour faire pivoter et pétrir, en échange.

(Référence: *Manuel de protection contre la pneumonie du nouveau coronavirus*, par le Centre chinois de contrôle et de prévention des maladies Xiehe Collège médical de Pékin de l'Académie chinoise des sciences médicales)

9. Comment choisir, porter et jeter les masques?

Type de masque	Scénarios d'application principaux
<p>Masques non portés ou non médicaux</p> 	<p>Recommandé pour les personnes à faible risque d'être exposées:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Activités intérieures à domicile, résidents dispersés; • Activistes de plein air, y compris les enfants et les étudiants dans les zones / sites ouverts; • Travailleurs du lieu de travail bien ventilés. <p>Les maisons, les emplacements bien ventilés et à faible densité peuvent ne pas nécessiter de masques. Les masques non médicaux, tels que la gaze de coton, le charbon actif et les éponges, ont certains effets protecteurs et peuvent également réduire la propagation des gouttelettes causées par la toux, les éternuements et les conversations.</p>
<p>Masque médical jetable</p> 	<p>Recommandé pour les personnes à faible risque d'être exposées:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le public dans les zones densément peuplées telles que les supermarchés, les centres commerciaux, les transports, les ascenseurs; • Environnement de bureau intérieur; • Patients fréquentant des institutions médicales (sauf pour les hotspots); • Institutions de garde d'enfants, enfants, etc. qui se concentrent sur l'apprentissage et les activités
<p>Masque chirurgical médical</p> 	<p>Recommandé pour les personnes à risque modéré d'être exposées:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personnel médical général ambulatoire et de service, etc. • Personnel dans des endroits densément peuplés, y compris ceux des hôpitaux, des aéroports, des gares, des métros, des bus terrestres, des avions, des trains, des supermarchés, des restaurants, etc. • Engagé dans le personnel administratif, policier, de sécurité, de messagerie et autre lié à l'épidémie; • Isolement à domicile et cohabitation avec fièvre ou cas suspects
<p>Masque N95, masque KN95</p> 	<p>Recommandé pour les personnes à haut risque d'être exposées:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personnel médical aux urgences; • Médecins de santé publique effectuant des enquêtes épidémiologiques sur des contacts étroits; • Personnel d'analyse d'échantillons environnementaux et biologiques liés à l'épidémie.



<p>Masque de protection médical</p> 	<p>Recommandé pour les personnes à haut risque d'être exposées:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tout le personnel travaillant dans le service, l'USI et la salle d'observation des patients atteints d'un nouveau type de pneumonie à coronavirus (cas confirmés, cas suspects), y compris les cliniciens, les infirmières, le personnel infirmier, les nettoyeurs, les manipulateurs de cadavres, etc.; • Médecins et infirmières qui envoient des fièvres à des établissements médicaux désignés dans les zones épidémiques; • Médecins de santé publique effectuant des enquêtes épidémiologiques sur les cas confirmés et suspects; • La surprotection du public n'est pas
<p>Masque de protection (Coton filtre P100 ajouté)</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Le niveau de protection est plus élevé que les masques de protection médicaux • Pour une utilisation d'urgence • Intubation trachéale et opération endoscopique pour les patients ou les suspects

- Étapes du port: ① Avant de porter un masque chirurgical, vérifiez s'il se trouve dans la période de validité.
- ② Le côté de la pince nasale est tourné vers le haut et le côté sombre (ou les plis sont tournés vers le bas).
- ③ Pliez de haut en bas pour que le masque recouvre la bouche, le nez et la mâchoire.
- ④ Poussez le bout de vos deux doigts le long de la bande métallique de l'arête nasale du milieu vers les deux côtés et appuyez lentement vers l'intérieur jusqu'à ce qu'ils soient proches de l'arête nasale.
- ⑤ Ajustez le masque de manière appropriée afin que la périphérie du masque épouse parfaitement le visage.

Les masques portés par des personnes en bonne santé ne présentent pas de risque de transmission du nouveau coronavirus, mais après 4 heures les masques sont mouillés ou souillés par des sécrétions et les performances protectrices sont réduites. Les masques après utilisation peuvent être éliminés conformément aux exigences de la classification des ordures ménagères. S'il s'agit d'un cas suspect ou d'un masque porté par un patient, il ne doit pas être jeté au hasard et doit être traité comme un déchet médical. Les déchets médicaux ont des procédures de

traitement strictes et ne reviendront pas sur le marché.

(Documents de référence: Lignes directrices techniques pour la sélection et l'utilisation de nouveaux masques d'infection à coronavirus pour différentes populations par la Commission nationale de la santé et de l'hygiène, Ligne directrice de la pneumonie contre les infections au nouveau coronavirus par le Centre chinois pour la prévention et le contrôle des maladies et Manuel de protection contre la pneumonie du nouveau coronavirus par le Xiehe Collège médical de Pékin, Académie chinoise des sciences médicales)

10. De quels symptômes présentés a-t-on besoin pour consulter un médecin à temps?

Si l'on a l'une des conditions suivantes, il faut se rendre à la clinique externe de l'hôpital désigné:

- 1) Symptômes d'infections respiratoires aiguës telles que fièvre (température sous les bras $\geq 37,3$ °C), toux, essoufflement;
- 2) avoir des antécédents de voyage ou de résidence à Wuhan ou dans d'autres régions présentant des cas locaux de transmission continue, ou avoir contacté des patients souffrant de fièvre et de symptômes respiratoires de Wuhan ou d'autres régions présentant des cas locaux de transmission continue dans les 14 jours avant le début de la maladie;
- 3) Quand il y a un petit groupe d'apparition des maladies.

Les masques doivent être portés pendant le traitement médical. Évitez d'utiliser les transports en commun. Vous pouvez prendre une voiture privée ou appeler une ambulance. Éloigner autant que possible les autres personnes sur la route et à l'hôpital. 1,5 m-2 m est plus sûr (au moins 1 m). Lorsque vous cherchez un traitement médical, vous devez décrire fidèlement la maladie et le processus de traitement médical, en particulier les antécédents récents de voyage et de résidence du médecin à Wuhan, les antécédents de contact des patients atteints de pneumonie ou des patients suspects, et les antécédents de contact avec les animaux.

(Référence: Manuel de protection de la pneumonie à nouveau coronavirus par le Xiehe Collège médical de Pékin, Académie chinoise des sciences médicales)

11. Comment les patients atteints d'autres maladies devraient-ils se faire soigner lors d'une épidémie?

En principe, pendant la période épidémique, à moins que les patients urgents et gravement malades ne doivent immédiatement consulter un médecin, les gens doivent se rendre à l'hôpital le moins possible; s'ils doivent se faire soigner, ils doivent choisir l'institution médicale la



plus proche qui peut répondre aux besoins et avoir un petit nombre de patients externes; Les hôpitaux ne peuvent effectuer que des examens médicaux et des opérations médicales nécessaires et urgents, et d'autres articles et opérations doivent être complétés aussi souvent que possible; si vous pouvez choisir un service de consultation, essayez d'éviter le développement de cliniques populaires et de cliniques d'urgence.

Sur le chemin de et vers l'hôpital, les patients et les membres de la famille qui les accompagnent doivent porter des masques chirurgicaux médicaux ou des masques N95 tout au long du voyage. Si possible, évitez les transports en commun jusqu'à l'hôpital. Gardez vos mains propres en tout temps et préparez un désinfectant portable contenant de l'alcool. Gardez autant de distance que possible (au moins 1 mètre) entre les personnes sur la route et à l'hôpital.

(Référence: «Lignes directrices pour la prévention publique de la pneumonie infectée par le nouveau coronavirus», Centre chinois pour la prévention et le des maladies)

12. Est-il sûr de recevoir des colis de Chine ou d'autres endroits où des virus ont été détectés?

Oui, c'est sûr. Ceux qui ont reçu le colis n'étaient pas à risque de contracter le nouveau coronavirus. De l'expérience d'autres coronavirus, nous savons que ces virus ne survivent pas longtemps sur des objets tels que des lettres ou des colis.

(Référence: Foire aux questions de l'OMS sur le nouveau coronavirus)

13. Comment se protéger lors d'un voyage?

- 1) Évitez tout contact étroit avec toute personne présentant des symptômes de rhume ou de grippe.
- 2) Il est recommandé de porter des gants lors de la conduite. Les accoudoirs, les dossiers, les poignées de porte des toilettes et les poteaux sont tous des espaces publics. Ne touchez pas directement les yeux, le nez et la bouche après avoir touché avec vos mains pour éviter la transmission



par contact. Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau ou un désinfectant pour les mains sans alcool.

3) Couvrez-vous la bouche et le nez avec un mouchoir en tissu ou un brassard ou une flexion du coude lorsque vous toussiez ou éternuez, puis lavez-vous les mains.

4) Portez un masque à temps plein, vous pouvez porter un masque médical jetable.

5) Ne mangez soigneusement que des aliments chauds et cuits

6) Si vous avez de la fièvre ou de la toux, évitez de voyager.

7) Si vous êtes malade pendant le voyage, veuillez en informer les agents de bord à temps, consulter un médecin dès que possible et informer le personnel médical de vos antécédents de voyage.

8) A partir du moment de quitter la zone d'endémie de la maladie, l'autosurveillance est effectuée pendant 14 jours consécutifs, deux fois par jour. Lorsque les conditions le permettent, essayez de vivre seul ou dans une chambre individuelle bien ventilée et minimisez les contacts étroits avec les membres de la famille.

(questions de l'OMS sur le nouveau coronavirus, Lignes directrices pour la prévention publique de la nouvelle pneumonie infectée par le coronavirus, le Centre chinois pour la prévention et le contrôle des maladies)



14. Existe-t-il actuellement des vaccins ou des médicaments qui peuvent prévenir les infections du nouveau coronavirus?

Il n'y a actuellement aucun vaccin ni médicament disponible pour prévenir les infections du nouveau coronavirus. La meilleure façon de prévenir l'infection est d'éviter l'exposition au virus.

(Référence: Foire aux questions de l'OMS sur le nouveau coronavirus)