

# MESURES D'HYGIENE et ASSISTANCE A DOMICILE coronavirus

Etat au 31mars 2020

Cap-Contact

## **Vous êtes assistant personnel ou proche d'une personne en situation de handicap**

Prenez les bonnes mesures de protection.

### Mesures de protection générales

Renforcer les mesures pour le respect des règles d'hygiène : se laver les mains et les sécher avec du sopalin (usage unique). L'hygiène des mains est primordiale et doit être appliquée avant et après toute visite chez vous ; avant et après tout soins (contact).

Voir vidéo ci-dessous

<https://youtu.be/TnBXW2GddRs>

### Personnes à risque

Votre employeur est une personne à risque (risques respiratoires en particulier) ou  
Vous-même vous êtes asymptomatique, mais avez eu un contact < 2 mètres avec un cas CoVID-19 confirmé, ou  
Les prestations que vous donnez nécessitent un contact physique de plus de 15 minutes,

**Vous devez prendre les mesures supplémentaires suivantes :**

- Port d'un masque pour les assistants personnels qui viennent de l'extérieur
- Mise à disposition de la solution hydro alcoolique à l'accueil ou savon

Recommandé :

- Mise à disposition d'autre équipement de protection (gants, tablier-blouse)

! Masques de soin sont indispensables si du personnel a été en contact avec le COVID-19 et ceci durant 14 jours ! Une sur-blouse et des gants sont recommandés.

### En pratique pour les masques

Pour une bonne utilisation, voir la [notice ci-annexée](#). Et éviter les erreurs indiquées dans la [notice2](#)

**Le masque de soins peut être utilisé pour une durée de 4 heures consécutives si il est laissé en place sur son nez. En raison de la pénurie, les masques sont utilisés pendant 8 heures (1 par jour par personne)**

- Mettre le masque à la prise de "travail"
- Le laisser en place jusqu'à la pause de midi.
- A midi enlever le masque et le mettre dans une enveloppe papier, puis se désinfecter les mains (ou lavage des mains)
- A la reprise de l'activité, se désinfecter les mains (ou laver les mains) avant de mettre le masque et se désinfecter les mains après avoir remis le masque en place ( impératif).

### Infection au COVID-19

En cas de crainte d'une infection : évaluer l'indication à faire un dépistage CoVID-19 sur [www.coronacheck.ch](http://www.coronacheck.ch)

→ **Si vous êtes infecté par le CoVID-19**, convenez immédiatement avec  votre médecin  des mesures à prendre. En attendant, redoublez d'effort dans vos mesures de protection et avertissez votre employeur.  
 Restez chez vous. Isolez-vous dans une pièce de la maison pendant 10 jours minimum après le début des symptômes et après 48 heures sans symptôme.

### Votre employeur est peut-être particulièrement à risque

Par exemple en raison de :

- Maladies des voies respiratoires (sauf apnée du sommeil), par exemple : l'asthme, sujet aux pneumonies
- Maladies et traitements qui affaiblissent le système immunitaire, par exemple sclérose en plaque, personnes atteintes de maladies neuromusculaires...
- Tension artérielle trop élevée
- Diabète
- Maladies du coeur et de la circulation
- Cancer

Alors, c'est très important :

Restez à la maison !

Si vous êtes en contact, chaque personne doit se tenir à distance des autres.  
 De préférence à plus de 2 mètres.

**Même quand il n'y a que 2 personnes.**

Cette règle est valable jusqu'au 19 avril 2020.

Le coronavirus se diagnostique sur des critères cliniques par un médecin au moyen d'un test (frottis naso-pharyngé) :

Symptômes aigus des voies respiratoires (par ex. toux, maux de gorge, souffle court) avec ou sans fièvre, ou sensation de fièvre ou douleurs musculaires