

Coronavirus : Comment se protéger et protéger les autres

Transcription :

- Bonjour à toutes et à tous, cette vidéo vous explique ce qu'est le coronavirus, comment s'en protéger, que faire si vous êtes malade.

1) C'est quoi le coronavirus ?

Le coronavirus est un nouveau virus qui touche tout le monde. Il donne une maladie qui peut être très grave, surtout si on est âgé(e), si on a déjà une autre maladie ou si on est une femme en fin de grossesse. Certaines personnes ont le virus dans le corps mais ne sont pas malades, c'est souvent le cas des enfants. Le virus attaque les poumons et empêche la personne de respirer normalement : elle a de plus en plus de mal à respirer.

2) Comment s'attrape le coronavirus ?

Le coronavirus se trouve surtout dans la salive, dans les pastillons, sur les mains et les objets touchés par une personne qui a le virus. On peut l'attraper très facilement quand on est près d'une personne infectée qui parle ou qui tousse, ou par contact avec une personne infectée, ou quand on touche des objets que d'autres personnes infectées ont touchés avant nous.

3) Comment se protéger et protéger les autres du coronavirus ?

Si je ne suis pas malade :

1. Je reste chez moi autant que possible.
2. Je garde mes distances : je ne serre pas la main, je ne fais pas de bisous et de câlin et je reste à au moins un mètre des autres.
3. Je protège les autres au cas où je serais porteur du virus sans le savoir : je tousse ou éternue dans mon coude ou dans un mouchoir. J'utilise des mouchoirs que je jette après.
4. Quand je sors, je me couvre la bouche et le nez avec un masque, ou un foulard. Je ne me touche pas le visage.
5. Je me lave souvent les mains à l'eau et au savon, plusieurs fois par jour et dès que je rentre à la maison. Le savon tue le virus sur les mains. On peut aussi utiliser du gel hydro-alcoolique si on est à l'extérieur ou si on ne peut pas se laver les mains tout de suite.

4) Que faire si je suis malade ?

J'appelle mon médecin si : je tousse, j'ai de la fièvre et j'appelle le 15 si j'ai du mal à respirer. Je me repose.

Pour ne pas donner le virus aux autres, je ne vais pas chez le médecin. Je ne vais pas aux urgences de l'hôpital. Je fais attention à ne pas rester près d'autres personnes. Je me lave très souvent les mains et j'évite de toucher des choses que d'autres personnes touchent. Je porte un masque si c'est possible.

5) Comment soigner le coronavirus ?

On ne peut pas encore soigner le coronavirus mais le médecin pourra me donner des médicaments pour me soulager. Si j'ai de la fièvre je peux prendre du paracétamol mais je ne prends pas d'autres médicaments sans en parler à mon médecin. Certains médicaments peuvent aggraver la maladie. Dans les cas graves, la personne est hospitalisée pour recevoir de l'oxygène le temps que son corps élimine le virus. Il n'y a pas encore de vaccin pour se protéger du coronavirus.