

Face à la crise Covid, restons unis



En situation d'épidémie sanitaire Accompagnons les aidants

En tant que proche aidant, vous venez en aide de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir tout ou partie des actes ou des activités de la vie quotidienne d'une personne proche en perte d'autonomie, du fait de son âge, de sa maladie ou de son handicap.

Dans le cadre de l'épidémie de COVID 19, ce guide vous présente la conduite à mettre et les bonnes habitudes à adopter.

Ces mesures et gestes, décrits dans la présente fiche, doivent être déclinées autant que possible lors de l'accompagnement à domicile de votre proche.

Le virus circule toujours, nous devons collectivement être vigilants. En effet, les personnes âgées de plus de 65 ans sont les plus fragiles face au risque de contamination.

Aidants, tous vigilants !

En tant qu'aïdant, quelles mesures barrières et gestes d'hygiène appliquer ?

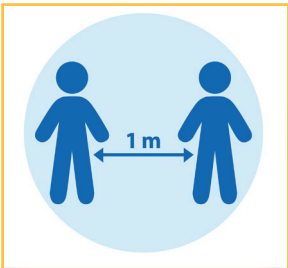


Se laver les mains régulièrement avec du savon et se les essuyer avec un essuie-mains à usage unique ou les désinfecter avec une solution hydro-alcoolique. **Il est à réaliser, en établissement,** à l'entrée et à la sortie de la chambre. **A domicile, il est à réaliser autant de fois que nécessaire** et plus particulièrement lors de l'entrée au domicile avant de préparer les repas, de les servir et de manger, après le passage aux toilettes, avant de se moucher (si possible) et après s'être mouché, avoir toussé ou éternué, après toute manipulation d'un masque avant toute sortie et au retour, après avoir pris les transports en commun.



Porter un masque. Le port d'un masque grand public sert à se protéger et à protéger les autres. Il est obligatoire, dans des espaces clos et dans tous les lieux identifiés par l'affichette « port du masque obligatoire ».

Le port du masque grand public ne remplace ni les gestes barrières ni les règles de distanciation sociale qui doivent être appliquées en toutes circonstances.



Eviter les contacts physiques non indispensables et maintenir, dans la mesure du possible, une distance d'un mètre

Eviter de vous toucher la bouche et le nez avec les mains



Aérer régulièrement l'ensemble des pièces et/ou du logement (pendant 15 minutes, 3 fois par jour, porte fermée)

Nettoyer et désinfecter, avec les produits de nettoyage habituels, régulièrement les surfaces et les objets qui sont fréquemment touchés. Il peut s'agir de nettoyer des objets/surfaces qui ne sont pas habituellement nettoyés quotidiennement (ex. poignées de porte, interrupteurs, accoudoir de chaises, tables, rampes d'escalier, etc.). Une attention particulière sera apportée à l'entretien des sanitaires.

Vider et laver régulièrement les poubelles.



Domicile

Accueil de jour



Que dois-je savoir ?

- **En cas de symptômes ou de suspicions de symptômes, il convient de limiter autant que possible les contacts avec votre proche.**
- **En cas de symptômes, il est demandé de contacter votre médecin traitant.** En cas de non réponse du médecin traitant, contactez le Centre 15 ou le SAMU. Le recours aux téléconsultations devra être privilégié dès lors qu'il sera pertinent afin de minorer les expositions à la COVID-19. **Pour rappel, les téléconsultations sont désormais prises en charge à 100% par l'assurance maladie obligatoire.**
- **En cas d'impossibilité de maintenir l'accompagnement de votre proche, une solution alternative pourra être proposée :** hébergement chez un autre membre de la famille, accueil en hébergement temporaire, ...
- **Si vous, ou votre proche, deviez être temporairement médicalement isolé, il est important de maintenir le contact avec les personnes vulnérables et de prévenir leur isolement** lorsque vous ne résidez pas avec votre proche, par téléphone par exemple.

Les visites des proches

Pour les personnes présentant un risque de forme grave de COVID-19 (dont les personnes âgées de plus de 65 ans), le HCSP recommande dans son avis du 21 avril 2020 de leur faire porter un masque grand public à domicile **en présence des visiteurs et de limiter les visites à celles strictement essentielles. Les visiteurs devront porter un masque grand public.**

Dans tous les cas, les espaces extérieurs lorsqu'ils sont accessibles (jardin, terrasse, cour, etc.) pourront être privilégiés pour limiter les entrées dans le logement. Après la visite, il est aussi recommandé de nettoyer les surfaces susceptibles d'avoir été touchées par les proches venus rendre visite avec un désinfectant de surface et d'aérer la pièce pendant 10 à 15 minutes, porte fermée.

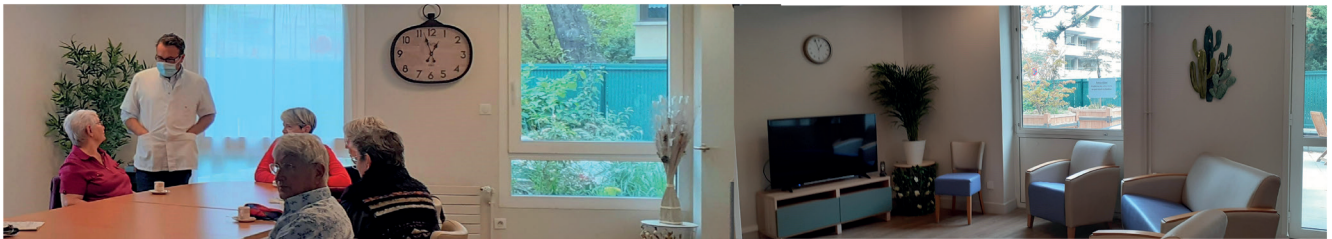
Dans le contexte sanitaire, dois-je me faire vacciner contre la grippe ?

La campagne de vaccination anti-grippale a débuté le 13 octobre 2020. Sauf avis de votre médecin traitant, il est vivement recommandé de vous faire vacciner contre la grippe saisonnière afin de limiter le risque de contamination de votre proche.

Que faire si mon proche est diagnostiqué COVID-19 positif et maintenu à domicile ?

Afin de pouvoir dépister le plus rapidement possible les éventuelles transmissions du virus par votre proche à d'autres personnes, **il convient d'informer l'établissement ou les structures médico-sociales qui ont pu accueillir votre proche** (accueil de jour par exemple), ainsi que les personnes ayant eu un contact étroit. Si votre proche n'est pas hospitalisé (forme légère du COVID-19 par exemple) ou ne peut être isolé, **il convient de respecter les mesures barrières et d'hygiène.**

En application du principe de double protection, la personne dont le diagnostic est avéré et les personnes en contact étroit, comme les proches aidants, doivent **porter un masque chirurgical pendant 14 jours. Ces recommandations sont applicables y compris aux enfants (masques chirurgicaux pédiatriques).** Il convient en outre de nettoyer régulièrement les surfaces possiblement contaminées par la personne malade.



Que faire si je suis diagnostiqué COVID-19 positif ?

Il est avant tout fortement **recommandé de désigner un tiers en bonne santé pour prendre le relais de l'accompagnement auprès de votre proche dans le cas où vous seriez vous-même contaminé.** Si la personne aidée bénéficie de la prestation de compensation du handicap (PCH) ou de l'allocation personnalisée d'autonomie (APA), vous pouvez contacter votre correspondant habituel au conseil départemental afin que son plan d'aide soit, le cas échéant, adapté.

Quel est le délai de la période d'isolement ?

Le Conseil scientifique recommande **un isolement de 7 jours.** Cet isolement s'applique :

- 7 jours après le début des symptômes pour les cas confirmés, sans attendre les résultats du test
- 7 jours après un prélèvement positif pour les cas asymptomatiques
- 7 jours après un contact avec un cas confirmé pour les personnes-contacts suivi d'un test diagnostique réalisé au 7ème jour d'isolement, isolement qui sera poursuivi si le résultat du test est positif.



Retrouvez tous les numéros utiles et des informations complémentaires sur notre site internet www.groupe-acppa.fr