

Généralités sur le COVID-19

Coronavirus Disease 2019 ou maladie à coronavirus 2019, est une pandémie qui a commencé en décembre 2019 en Chine et qui s'est répandue dans les continents. A la date du 28 mai 2020, on compte 5,911,331 cas confirmés, 362,124 décès. Au Cameroun à la même date, l'on compte 5426 cas confirmés, 175 décès. (source : <https://www.worldometers.info/coronavirus/>, consulté le 29 mai 2020 à 8h35)

Symptôme ou manifestations

Les symptômes suivants peuvent apparaître isolés parfois au début puis apparaissent progressivement une association de signes

- Fatigue
- toux (toux sèche irritante)
- maux de gorge
- fièvre, sensation de fièvre
- douleurs musculaires.(courbatures)
- maux de tête
- diarrhée parfois vomissements,
- conjonctivite
- rhume
- perte de l'odorat et/ou du goût.

Plus rarement :

- Difficultés respiratoires

L'apparition de la toux associée à de la fièvre sont des signes d'évolution vers la gravité.

Si l'on présente un ou plusieurs des symptômes décrits, rester chez soi et APPELER le 1510, suivre les instructions des autorités sanitaires et continuer à observer scrupuleusement les mesures barrières. Se CONFINER dans sa chambre en attendant l'arrivée éventuelle de l'équipe médicale.

Evolution de la maladie

Les cas de maladies liés au nouveau coronavirus peuvent évoluer très différemment. Par exemple, certaines personnes n'ont que de légers symptômes et remarquent à peine qu'elles sont malades. D'autres ont besoin d'être hospitalisés ou parfois d'une prise en charge en réanimation.

Aucun symptôme: Certaines personnes infectées ne présentent aucun symptôme. Par conséquent, elles ne savent pas qu'elles sont infectées et peuvent dès lors transmettre le nouveau coronavirus sans le savoir.

Evolution bénigne (80% des cas) : Pour la grande majorité des personnes infectées, l'évolution de la maladie est bénigne. Des symptômes apparaissent, mais ils restent bénins. Il s'agit

là surtout des personnes en bonne santé et de moins de 60 ans.

Evolution sévère (20%): En cas d'évolution sévère, les symptômes s'aggravent après environ cinq à dix jours. Survient d'abord une détresse respiratoire, qui peut être suivie d'une pneumonie. Dans ce cas, la personne concernée a besoin d'un traitement hospitalier, et souvent aussi d'un apport en oxygène. Dans la grande majorité des cas, les personnes bénéficiant d'un bon traitement recouvrent leur santé entre une et quatre semaines.

Evolution critique (5% des cas sévères): Chez certaines personnes, les symptômes liés aux voies respiratoires s'aggravent tellement qu'elles ont besoin de soins en réanimation. Alors, une respiration artificielle est mise en place pour soutenir les fonctions pulmonaires. Grâce à une intervention médicale réalisée à temps, plus de la moitié des personnes présentant une évolution critique survivent. Elles recouvrent leur santé après quelques semaines. Selon les connaissances actuelles, 1 à 2 % des personnes testées positivement décèdent des suites de la maladie.

CORONAVIRUS/COVID-19



PROTEGEONS NOUS PROTEGEONS LES AUTRES.

Si vous avez des questions sur le coronavirus
En cas de fièvre, toux, difficulté à respirer

- composer le 1510
- contacter le CMS de l'Université
- www.covid19.cm

République du Cameroun

Paix – Travail – Patrie

Ministère de l'Enseignement Supérieur

Université de Maroua

Rectorat

Centre Médico-Social



Republic of Cameroon

Peace – Work – Fatherland

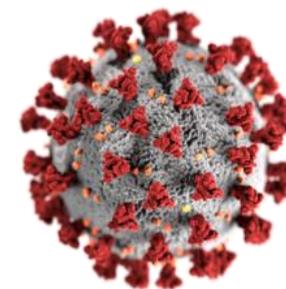
Ministry of Higher Education

The University of Maroua

Rectorate

Social and Welfare Centre

Ce que nous devons savoir sur le Coronavirus/Covid-19



Mieux vaut
prévenir
que
guérir

Historique :

Fin 2019, des cas groupés de pneumonies surviennent en Chine dont certains sont mortels. Le 9 janvier 2020, le virus responsable est identifié, il s'agit d'un nouveau **coronavirus**. Il est très contagieux. Ce virus s'est répandu sur les 5 continents et a touché plusieurs pays dans le monde, avec beaucoup de décès. Les premiers cas ont été détectés au Cameroun le 6 mars 2020 à Yaoundé.

Origine : d'où vient ce nouveau coronavirus ?

Le Covid-19 appartient à la famille des **coronavirus**. La contamination est d'**origine animale**. L'épidémie est partie d'un marché local de Wuhan en Chine où étaient vendus des animaux sauvages. Le 7 février 2020, des scientifiques de l'Université d'agriculture du sud de la Chine ont identifié le **pangolin** comme un "**possible hôte intermédiaire**" soupçonné d'**avoir transmis le coronavirus à l'homme**. Les coronavirus ont été identifiés pour la première fois chez l'humain dans les années **1960**. Cependant deux d'entre eux ont entraîné de graves épidémies : le SRAS-CoV en 2002 et le Mers-CoV en 2012 et aujourd'hui le SARS-CoV-2. Le 30 janvier 2020, cette maladie a été déclarée Urgence de Santé Publique de Portée Internationale par le Directeur Général de l'OMS au regard de la propagation rapide de cette épidémie.

Contagion et voies de contamination

Bouche : Par mise à la bouche des objets ou des mains souillés (les mains peuvent être souillées par le visage, les vêtements ou instruments ou surfaces de travail contaminés : claviers, poignets de porte, robinets, mobiliers, combinés de téléphone, interrupteurs, boutons poussoirs, crayons ou stylos...).

Nez : Inhalation par voie respiratoire, des projections salivaires contenant le virus ou en passant les doigts dans les narines.

Yeux : Par projection des gouttelettes de salives dans les yeux ou en portant la main ou les doigts aux yeux.

Chez l'humain, ces maladies vont du rhume banal à une infection pulmonaire sévère, responsable d'une détresse respiratoire aiguë.

La maladie se transmet par les postillons (éternuements, toux). On considère donc qu'un contact étroit avec un personne malade est nécessaire pour transmettre la maladie : même lieu de vie, contact direct à moins d'un mètre lors d'une toux, d'un éternuement ou une discussion en l'absence de mesures de protection. Un des vecteurs privilégiés de la transmission du virus est le contact des mains non lavées.

Durée d'incubation :

La durée moyenne d'incubation est de 2 à 14 jours.

Voici comment se protéger

Un lavage de mains régulier (toutes les heures environ) et le **port de masques** participent à la réduction de la transmission du virus.

Se laver soigneusement les mains à l'eau propre avec du savon. Le lavage des mains joue un rôle clé en matière d'hygiène : il est donc important de se laver régulièrement et d'en prendre soin pour bien se protéger.



Quand se laver les mains ?

Il faut se laver les mains le plus souvent possible, en particulier :

- ⇒ avant de préparer les repas ;
- ⇒ avant de manger ;
- ⇒ avant de nourrir les enfants ;
- ⇒ après s'être mouché, avoir toussé ou éternué ;
- ⇒ chaque fois que l'on rentre chez soi ;
- ⇒ après avoir utilisé les transports publics ;
- ⇒ après avoir rendu visite à une personne malade ou avoir eu un contact proche avec le matériel qu'elle utilise ou ses effets personnels ;
- ⇒ après avoir retiré un masque ;
- ⇒ après être allé aux toilettes ;
- ⇒ après avoir changé une couche ou aidé un enfant à aller aux toilettes ;
- ⇒ après avoir manipulé des déchets ;
- ⇒ chaque fois qu'on a les mains sales.

Comment réduire le risque de propagation ?

- Se couvrir le nez et la bouche quand l'on tousse ou éternue, de préférence avec un mouchoir en papier.

- Si l'on n'a pas de mouchoir sur soi, tousser et éternuer dans le creux du coude et non dans les mains
- Si l'on utilise les mains malgré tout, les laver si possible tout de suite soigneusement avec de l'eau propre et du savon ou utiliser une solution hydro-alcoolique
- Se moucher seulement avec des mouchoirs en papier à usage unique (pas de mouchoirs en tissu). Cracher dans un mouchoir en papier à usage unique. Se laver les mains après avoir toussé, éternué ou craché dans un mouchoir.
- Utiliser un mouchoir en papier à usage unique et le jeter ensuite dans une poubelle.
- Maintenir une distance d'au moins 1m avec les autres personnes
- Eviter les lieux très fréquentés

Les contacts

Si vous avez des questions sur le coronavirus
En cas de fièvre, toux, difficulté à respirer

- composer le 1510
- contacter le CMS de l'Université
- www.covid19.cm

Comment réduire les risques d'une infection par le coronavirus ?



Lavez-vous régulièrement les mains au savon



Couvrez votre bouche et votre nez lorsque vous toussiez ou éternuez



Faites bien cuire la viande et les œufs



Évitez le contact avec des personnes aux symptômes grippaux



Évitez le contact avec les animaux vivants sauvages ou de la ferme

Source: OMS