

Infections respiratoires - Quoi savoir et quoi faire?

	COVID-19	INFLUENZA (GRIPPE)	RHUME	INFECTION PAR LE VIRUS RESPIRATOIRE SYNCYTIAL (VRS)	ROUGEOLE
Quels sont les symptômes (qui peuvent varier d'une personne à l'autre)?	Fièvre Toux Mal de gorge Nez qui coule Fatigue Difficulté à respirer Mal de tête Mal de ventre Vomissements Diarrhée Douleur aux muscles Difficulté à sentir ou à goûter	Fièvre avec frissons Toux Mal de gorge Nez qui coule Fatigue Difficulté à respirer Mal de tête Mal de ventre Vomissements Douleur aux muscles et aux articulations	Nez qui coule Yeux qui coulent Toux ou éternuements Mal de gorge Mal de tête	Nez qui coule Yeux qui coulent Toux Mal de gorge Mal de tête Fièvre Difficulté à respirer	Fièvre Toux Nez qui coule Yeux rouges qui coulent Yeux sensibles à la lumière Boutons ou rougeurs sur le corps Petites taches blanches dans la bouche
Comment se transmet le virus?	Petites gouttes de la bouche ou du nez				
Le virus se déplace dans l'air	+ de 2 mètres (6 pieds) 	+ de 2 mètres (6 pieds) 			+ de 2 mètres (6 pieds)
On touche à la personne malade					
On touche à un objet contaminé					
Est-ce très contagieux?					
Y a-t-il un vaccin?	Oui. Recommandé dans certaines conditions.*	Oui. Recommandé dans certaines conditions.*	Non.	Enfants : Non. Injection d'anticorps (défense contre le virus) recommandée chez les jeunes bébés et dans certaines conditions, en prévention.* Adultes : Oui. Recommandé dans certaines conditions.*	Oui. 2 doses, idéalement à l'âge de 12 et 18 mois, pour une bonne protection toute la vie.*

* Pour plus d'informations : drspmtl.ca/infections-respiratoires

Infections respiratoires - Quoi faire pour vous protéger et protéger les autres?



La vaccination demeure le moyen le plus efficace pour prévenir plusieurs maladies infectieuses.



Lavez-vous les mains souvent, surtout quand vous toussiez, éternuez ou vous mouchez.



Éternuez et toussiez dans le coude ou dans un papier-mouchoir. Jetez votre papier-mouchoir dans une poubelle.



Lavez et désinfectez les surfaces et les objets qu'on touche souvent (ex. : poignées de porte, tables).



Aérez souvent les pièces.

QUOI FAIRE SI VOUS AVEZ CES SYMPTÔMES?



Fièvre

- Restez à la maison.



Toux, mal de gorge, nez bouché, nez qui coule

- Portez un masque (sauf pour un enfant qui n'a pas l'âge d'aller à l'école).

Si vous êtes une personne vulnérable (ex. : personne âgée ou avec une maladie chronique)

- Communiquez avec Info Santé 811. Une infirmière ou un infirmier pourra vous donner des conseils.

Pendant les 10 jours qui suivent l'apparition des symptômes

- Respectez une distance de 1 à 2 mètres (3 à 6 pieds) des autres personnes, si c'est possible.
- Évitez d'être en contact avec les personnes vulnérables (ex. : personnes âgées, personnes avec une maladie chronique ou avec un système immunitaire affaibli). Si ce n'est pas possible, portez un masque (sauf pour un enfant qui n'a pas l'âge d'aller à l'école).
- Évitez de sortir (ex. : restaurant, cinéma).
- Travaillez de la maison, si c'est possible.
- Dites à vos proches que vous êtes malade.

Pour certaines infections respiratoires, comme la rougeole, la Direction régionale de santé publique de Montréal recommandera à la personne malade de rester isolée à la maison pendant un certain temps.

Votre santé ou celle
d'un proche vous
inquiète?

COMMUNIQUEZ AVEC
INFO SANTÉ 811.



* Pour plus d'informations :
drspmtl.ca/infections-respiratoires