

## Ce que nous savons sur la COVID-19

### COVID-19

La COVID-19 est une maladie respiratoire causée par un nouveau coronavirus. Les effets à long terme de la COVID-19 ne sont pas encore connus.

### Transmission

La COVID-19 se propage par le biais de gouttelettes respiratoires, le plus souvent d'une personne à l'autre, et peut se propager avant la manifestation des symptômes.

La COVID-19 peut se propager :

- en cas de câlins et de baisers
- en cas de rassemblement de personnes proches, qui parlent, rient, chantent, éternuent ou toussent
- lorsque les gens s'attardent à parler, plus de 15 minutes, en oubliant la distance physique
- en cas de contact avec la bouche, le nez ou les yeux après avoir touché des surfaces contaminées par le virus

Bien que la COVID-19 puisse se propager depuis les aérosols générés lors d'interventions médicales ou dentaires, la transmission par voie aérienne n'est pas un mode de propagation courant du virus. La COVID-19 n'est pas connue pour se propager par transmission aérienne dans les milieux communautaires, les systèmes de ventilation ou par l'eau.

### Symptômes

Les symptômes courants de la COVID-19 sont la fièvre, la toux, les difficultés à avaler, le mal de gorge, l'écoulement nasal, la perte d'appétit ou d'odorat, la nausée, les vomissements, la diarrhée et les difficultés respiratoires. L'apparition des symptômes peut aller jusqu'à 14 jours. Les personnes âgées et les enfants peuvent également présenter des symptômes généraux tels que des frissons, des maux de tête, un sommeil plus long que d'habitude, une sensation de désorientation, de la confusion, des douleurs musculaires, des vertiges, de la faiblesse ou des chutes.

### Les personnes les plus à risques à développer des Complications

Les personnes âgées et les personnes souffrant de problèmes de santé sont plus susceptibles de contracter des maladies graves, nécessitant des soins hospitaliers. Dans de très rares cas, certains enfants peuvent être atteints d'une maladie infectieuse inhabituelle. Consultez immédiatement un médecin si l'état d'un enfant ne s'améliore pas ou s'il présente une éruption cutanée, une fièvre de longue durée, des yeux roses et/ou un gonflement des mains et des pieds.

## Mesures visant à assurer la sécurité de tous

- Limitez les déplacements peu importants hors de votre domicile.
- Restez chez vous si vous ne vous sentez pas bien.
- Gardez une distance de deux mètres des autres et portez un masque de protection du visage.
- Lavez-vous régulièrement les mains ou utilisez un désinfectant à base d'alcool.
- Évitez de vous toucher le visage avec des mains non lavées.
- Couvrez votre bouche en toussant ou en éternuant avec votre coude ou un mouchoir.
- Nettoyez et désinfectez les surfaces très touchées.
- Téléchargez l'application mobile COVID alerte.

## Masque et protection du visage

Le règlement de Toronto [sur les masques](#) exige que chacun porte un masque ou un masque couvrant le visage dans les espaces publics internes. La TTC a adopté un règlement similaire sur les masques. Depuis le 3 octobre 2020, les masques sont obligatoires dans les espaces publics intérieurs et les véhicules dans tout l'Ontario. Le port d'un masque peut contribuer à réduire la propagation de la COVID-19. Il est important de continuer à s'éloigner physiquement, de se laver les mains régulièrement et de rester chez soi lorsque l'on est malade.

## Que faire en cas de manifestation des symptômes

Si vous présentez un ou plusieurs symptômes de la COVID-19, ou si vous avez été en contact étroit avec une personne atteinte de COVID-19, [faites-vous dépister](#). Prenez rendez-vous dans un [centre d'évaluation](#) près de chez vous. Restez chez vous et isolez-vous en attendant le résultat de votre test.

S'[isoler](#) signifie rester à la maison car on peut être contagieux. Ne pas sortir, aller dans des lieux publics ou utiliser les transports en commun. Faites des achats en ligne ou appelez un ami pour qu'il vienne chercher des fournitures pour vous. Appelez votre fournisseur de soins de santé si vous avez besoin d'aide pour soulager vos symptômes. Appelez le 911 si vous ou une autre personne avez des difficultés respiratoires.

## Ventilation ou circulation d'air

Une bonne circulation de l'air peut contribuer à réduire la propagation de la COVID-19. Pour assurer une bonne circulation de l'air dans votre maison :

- Ouvrez les fenêtres et les portes, si cela est possible ou sans danger.
- Veillez à ce que vos systèmes de chauffage et de climatisation soient bien entretenus.
- Utilisez le filtre le plus efficace qui soit compatible avec votre fournaise, votre climatiseur, etc.
- Lorsque vous utilisez des ventilateurs de plafond ou portables, utilisez une rotation du courant d'air vers le haut.
- Maintenez la zone autour des bouches d'aération à l'écart des meubles, etc.

Révisé le 8 octobre 2020

Rien ne prouve que les épurateurs d'air portables peuvent empêcher la propagation de la COVID-19, mais une bonne ventilation des espaces intérieurs peut aider. Les purificateurs d'air portables peuvent être utiles dans les zones sans bonne ventilation, par exemple, dans une petite pièce sans fenêtres.

### **Méfiez-vous des fraudes et des escroqueries**

N'achetez pas de produits dont les propriétés protègeraient contre la COVID-19. Il n'existe aucun médicament approuvé pour la prévention de la COVID-19. Ne donnez pas vos informations personnelles à des personnes qui vous appellent sans y être invitées. Le personnel du bureau de santé publique de Toronto ne vous demandera jamais votre numéro de carte de crédit ou d'assurance sociale.

### **Pour plus amples informations**

Consultez notre site web à l'adresse [www.toronto.ca/COVID19](http://www.toronto.ca/COVID19) ou appelez-nous au 416-338-7600.