

Durée de l'isolement à domicile

- En règle général, la durée de l'isolement à domicile est au minimum de 10 jours depuis le début des symptômes et se termine 48h après leur disparition.
- Le résultat de votre test est négatif : terminez l'isolement 24 heures après la fin des symptômes.
- Si vous avez subi une perte soudaine de l'odorat et du goût : recouvrer ces sens peut prendre un certain temps. Par conséquent, vous pouvez lever l'isolement si la perte de l'odorat et/ou du goût est le seul symptôme qui persiste après la durée de l'isolement.

Que doivent faire les personnes avec qui vous avez été en contact et votre famille ?

- Tant que le résultat du test n'est pas disponible, vos contacts et votre famille doivent surveiller leur état de santé et respecter les règles d'hygiène et de conduite. Si des symptômes apparaissent, ils doivent s'isoler, faire l'autocontrôle coronavirus sur le site www.coronacheck.ch, contacter le centre de tri infirmier au 032 886 88 80 afin d'organiser un test de dépistage. Ils doivent suivre les mêmes recommandations d'isolement que celles décrites dans les présentes consignes.
- Si le résultat de votre test est positif, vous identifierez les personnes avec qui vous avez eu un contact étroit en collaboration avec le service du médecin cantonal. Ces personnes recevront des instructions pour une mise en quarantaine.

Hotline CoVID-19 du médecin cantonal
(lundi –vendredi, 8h – 17h)
032 889 11 00

Vous trouverez plus d'information au sujet du nouveau coronavirus sur le site de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) :
www.bag.admin.ch/nouveau-coronavirus
ou sur www.coronacheck.ch

ne.ch
RÉPUBLIQUE ET CANTON DE NEUCHÂTEL
Département des finances
et de la santé
Service de la santé publique
Rue des Beaux-Arts 13
2000 Neuchâtel

Adapté de :
HPCi Vaud
HPCi | hygiène, prévention et
contrôle de l'infection

Isolement au domicile - nouveau coronavirus (CoVID-19 ou SARS-CoV-2)

Consignes pour personne CoVID-19



Vous avez une infection au CoVID-19 ou en présentez les symptômes¹ et êtes dans l'attente du résultat du test de dépistage. Vous devez vous isoler chez vous immédiatement pour éviter d'infecter d'autres personnes.

Surveillez votre état de santé

- Prenez contact avec votre médecin traitant si votre état vous inquiète ou si vous constatez l'un des signes suivants : fièvre persistante, fatigue persistante, détresse respiratoire, fort sentiment de pression ou de douleurs dans la poitrine, état confusionnel, lèvres ou visage bleuâtres (cyanose).

Si vous vivez seul

- Faites livrer à votre porte de la nourriture et d'autres produits essentiels tels que des médicaments, par la famille/les amis ou un service de livraison.
- Éviter tout contact direct avec ces personnes.

Si vous vivez avec d'autres personnes

- Installez-vous seul dans une chambre, porte fermée, repas à prendre à l'intérieur.
- Aérez régulièrement votre chambre.
- Évitez toute visite et contact. Ne quittez la chambre que si c'est nécessaire.
- Évitez tout contact avec vos animaux domestiques.
- Utilisez une salle de bains qui vous est réservée. Si cela n'est pas possible, nettoyez les sanitaires communs (douche, toilettes, lavabos) après chaque usage avec un désinfectant ménager ordinaire (Javel).
- Ne partagez pas vos articles ménagers tels que la vaisselle, les verres, les tasses ou les ustensiles de cuisine avec d'autres personnes. Après avoir utilisé ces articles, il faut les laver en machine ou soigneusement à l'eau et au savon.
- Ne partagez pas votre linge de maison (serviettes, literie) avec d'autres personnes. Lavez vos vêtements et votre linge de maison, ainsi que ceux des personnes avec qui vous vivez, régulièrement en machine.
- Demandez à votre famille, à vos amis ou à un service de livraison de déposer devant votre porte de la nourriture et d'autres produits essentiels tels que des médicaments.

Lavage des mains

- Vous-même et votre entourage devez vous laver les mains régulièrement à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes. En l'absence de lavabo dans la pièce d'isolement, nettoyez vos mains avec un désinfectant pour les mains, en couvrant toutes les surfaces de vos mains et en les frottant ensemble jusqu'à ce qu'elles soient sèches.
- Lavez-vous les mains avant et après avoir cuisiné, avant et après manger, après avoir utilisé les toilettes et chaque fois que les mains paraissent sales.

Couvrez-vous la bouche lorsque vous toussiez ou éternuez

- Couvrez-vous la bouche et le nez avec un mouchoir en papier lorsque vous éternuez ou lorsque vous toussiez.
- Les mouchoirs utilisés pour couvrir la bouche ou le nez doivent être jetés directement après usage dans une poubelle dédiée munie d'un sac en plastique et placée dans la chambre où vous séjournez.

Portez un masque lorsque

- Vous sortez de votre chambre.
- Vous vous trouvez en présence d'autres personnes, notamment lorsque quelqu'un entre dans votre chambre.

Utilisation correcte du masque d'hygiène

- Appliquer soigneusement le masque d'hygiène en le pinçant sur le nez et en recouvrant la bouche, bien l'attacher de façon à l'ajuster au visage.
- Lorsque l'on porte un masque d'hygiène, éviter de le toucher.
- Après chaque retrait du masque, lavez-vous (ou désinfectez-vous) les mains.
- Un masque d'hygiène peut être porté au moins pendant 2 à 4 heures.
- Une fois utilisé, le masque d'hygiène jetable doit être jeté tout de suite après l'avoir enlevé.
- Si le masque est mouillé ou sali par des sécrétions, il doit être changé immédiatement.
- 5 masques d'hygiène vous sont fournis.

Prenez toutes les précautions nécessaires

- Les déchets contaminés avec des fluides corporels (selles, sang, mucus) doivent être jetés dans une poubelle dédiée munie d'un sac en plastique et placée dans la chambre où vous séjournez avant l'élimination avec les autres déchets ménagers.
- Nettoyer et désinfecter les surfaces touchées telles que les poignées de portes, tables de chevet, cadres de lit et autres meubles de chambre à coucher quotidiennement avec un désinfectant ménager ordinaire (Javel).
- Nettoyer et désinfecter les surfaces des salles de bain et des toilettes après chaque usage avec un désinfectant ménager ordinaire (Javel).

Si vous devez sortir de chez vous (pour vous rendre chez le médecin)

- Portez un masque d'hygiène. Si ce n'est pas possible, gardez une distance d'au moins 2 mètres avec les autres personnes.
- Évitez les transports publics. Si votre état de santé le permet, utilisez votre voiture ou votre vélo, allez à pied ou appelez un taxi.

¹ Affection aiguë des voies respiratoires, toux, maux de gorge, essoufflement avec ou sans fièvre, sentiment de fièvre ou douleurs musculaires et/ou perte soudaine de l'odorat et/ou du goût.