

# COVID 19



## Les points clés

Le COVID 19 est une maladie infectieuse transmise par un virus, le SARS-CoV-2, apparu en Chine en 2019. Ce coronavirus (un virus en forme de couronne) ne cesse de se modifier et de donner lieu à de nouveaux variants.

### > LES SIGNES

#### À la phase initiale :

- Fièvre et/ou frissons et/ou courbatures
- Maux de tête ou fatigue inhabituels
- Toux, gêne respiratoire
- Maux de gorge, rhinopharyngite
- Perte du goût et/ou de l'odorat
- Troubles digestifs : diarrhée, perte d'appétit

Il existe de nombreux autres signes (troubles de la mémoire, de la concentration, troubles psychiatriques, digestifs...).

Chez la personne âgée, la maladie peut se manifester par une baisse de l'état général, des chutes à répétition, des troubles cognitifs ou l'aggravation d'une pathologie ancienne.

### > INCUBATION & CONTAGIOSITÉ

La période d'incubation est de 2 à 14 jours. Les personnes sont contagieuses 2 à 3 jours avant l'apparition des signes et jusqu'à 8 jours après le début des symptômes. Les gens se contaminent :  
- soit de manière directe par des postillons porteurs du virus ;  
- soit en touchant une surface souillée puis les yeux, la bouche et/ou le nez.

### > LE DIAGNOSTIC

Un test de dépistage rapide disponible en pharmacie peut vous permettre de vous tester. Les professionnels de la santé peuvent également réaliser le test.

### > LA SURVEILLANCE

Un oxymètre de pouls (disponible en pharmacie) peut permettre aux personnes avec une fragilité respiratoire de surveiller leur oxygénation sanguine.



## La prise en charge

### > LE TRAITEMENT

- REPOS +++
- PARACETAMOL : 500 mg : 1 à 2 comprimés 3 à fois par jour max, en cas de douleur ou fièvre
- UN TRAITEMENT ANTI VIRAL est proposé aux personnes qui risquent de développer des formes graves. Il doit être commencé dans les 5 jours après le début des signes

### > L'HOSPITALISATION

Elle est parfois utile dans les formes graves : baisse de l'état général, insuffisance respiratoire...

### > L'ÉVOLUTION

Souvent, les signes s'estompent en 2 à 3 semaines. Au-delà de 4 semaines, il s'agit d'un COVID long



## La prévention

### Les gestes barrières

- Se laver régulièrement les mains
- Porter un masque chirurgical ou FFP2
- Aérer les pièces le plus souvent possible
- Limiter le contact avec les autres
- Éviter de se toucher le visage
- Tousser dans son coude



Le vaccin : il est proposé aux personnes qui risquent de développer une forme grave.



### Contacter vite le 15 ou le 112 en cas de

- Fièvre et/ou ou signes persistants
- Gêne respiratoire qui s'aggrave
- Vomissements et diarrhées sévères
- Confusion, baisse de l'état général

Rédaction : Dr MSustersic / oct 2025. Relecteurs : LBrimo-Evin ; Dr MN'Guyen. Dr ESenellart. Sources : HAS 2023, INSERM 2022 ; Santé publique France 2024. Contact : [melanie.sustersic@gmail.com](mailto:melanie.sustersic@gmail.com).

Illustration : Olivier Roux. Site : [www.ficheinfopatient.com](http://www.ficheinfopatient.com)