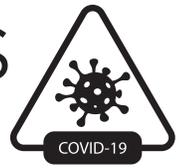


PRISE EN CHARGE DES SYMPTÔMES LÉGERS DE LA COVID-19



Si vous développez des symptômes et pensez avoir été exposé à la COVID-19 (voyage récent, contact avec une personne infectée), communiquez avec l'autorité de santé publique régionale.



La fièvre et la toux sèche sont les symptômes les plus courants de la maladie à coronavirus, et la plupart des personnes présentant des symptômes légers se rétabliront d'elles-mêmes. La fièvre et la toux n'ont pas besoin d'être traitées et les traiter ne raccourcira pas la maladie, mais certains gestes peuvent vous aider à mieux vous sentir pendant votre convalescence.



FIÈVRE

- Enlevez une couche de vêtements et de couvertures.
- Buvez beaucoup de liquide, préférablement de l'eau.
- Maintenez une température ambiante autour de 20°C.
- Reposez-vous et évitez l'effort physique.
- L'acétaminophène (Tylenol®) est le médicament de prédilection pour faire baisser la fièvre.
- Autrement, l'ibuprofène (Advil® ou Motrin®) peut être utilisé.
- L'acétaminophène ou l'ibuprofène peuvent aussi aider à soulager les maux de tête, les douleurs, les courbatures et les maux de gorge. Bien suivre les directives sur l'emballage concernant la posologie, et rappelez-vous que la dose pour les enfants est établie en fonction du poids, et non de l'âge.



Appelez votre pharmacien pour toute question concernant ces médicaments.



TOUX SÈCHE

- Essayez d'éviter de respirer de la fumée, de la poussière et de la pollution.
- Buvez beaucoup de liquide, préférablement de l'eau.
- Utiliser un humidificateur ou prendre une douche chaude peut être utile.
- Il y a peu de preuves de l'efficacité des médicaments contre la toux et il faut absolument les éviter chez l'enfant de moins de 6 ans.
- Un peu de miel pasteurisé au coucher peut aider à apaiser la toux. Les adultes peuvent prendre 1 cuillère à table et les enfants de 1 an et plus ½ à 2 cuillères à thé.



Demandez immédiatement des soins médicaux si la maladie empire ou si des signaux d'alarme surviennent.

Les signaux d'alarme de la COVID-19 sont :

- Difficulté à respirer grave ou croissante
- Douleur à la poitrine
- Difficulté à se réveiller
- Confusion
- Perte de conscience



ASSOCIATION DES
PHARMACIENS
DU CANADA

CANADIAN
PHARMACISTS
ASSOCIATION