

IDPH Protecting and Improving the Health of Iowans

Gerd W. Clabaugh, Director

Kim Reynolds, Governor

Adam Gregg, Lt. Governor

Qu'est-ce que l'auto-isolement ?

Mise à jour: 23/7/2020

Il est recommandé que les Iowans s'auto-isole pendant 14 jours dans les situations suivantes:

- Si vous avez voyagé au cours des 14 derniers jours
- Si vous vivez avec une personne qui présente des symptômes de COVID-19 ou qui a été testée positive pour COVID-19.

Que signifie l'auto-isolement ?

- Restez à la maison et n'allez pas à l'école, dans les lieux publics ou assistez aux rassemblements.
- N'utilisez pas les transports en commun, le covoiturage ou les taxis
- Reporter tout voyage
- Lavez-vous souvent les mains et pratiquez une bonne hygiène.
- Reportez tous les rendez-vous médicaux non essentiels jusqu'à ce que vous ayez terminé vos 14 jours d'auto-isolement. Si vous avez un rendez-vous médical essentiel pendant cette période, veuillez travailler avec votre professionnel de la santé et les professionnels de la santé publique locaux au besoin pour aider à coordonner la visite.

Que dois-je surveiller pendant l'auto-isolement?

- Prenez votre température deux fois par jour. Surveillez la fièvre.
- Surveillez la toux ou la difficulté à respirer.

Et les gens avec qui je vis?

Les membres de la famille ou d'autres personnes qui résident dans votre maison peuvent rester dans votre maison, mais vous devez rester dans une pièce spécifique loin des autres dans votre maison et utiliser une salle de bain séparée (si disponible).

- Tant que vous restez en bonne santé, les autres personnes de votre domicile peuvent vaquer à leurs activités quotidiennes comme d'habitude (il n'y a aucune restriction sur leurs mouvements).
- Vous ne devriez pas être en contact direct avec des animaux (c.-à-d. Chiens, chats, porcs, bovins, moutons et chèvres) par prudence. Faites en sorte que vos animaux soient soignés et hébergés à l'extérieur de votre maison, si possible.

Que dois-je faire si je développe de la fièvre, de la toux ou si j'ai des difficultés à respirer?

Les Iowans malades doivent rester à la maison et s'isoler des autres dans leur maison. Environ 80% des Iowans infectés par COVID-19 ne souffriront que d'une maladie légère à modérée. La plupart des Iowans légèrement malades n'ont pas besoin d'aller chez leur fournisseur de soins de santé ou de subir un test pour confirmer qu'ils ont COVID-19.

Si vous êtes malade, restez à la maison jusqu'à ce que:

- Vous n'avez pas eu de fièvre pendant au moins 24 heures (c'est-à-dire une journée complète sans l'utilisation de médicaments qui réduisent les fièvres), ET
- d'autres symptômes se sont améliorés (par exemple, lorsque votre toux ou votre essoufflement se sont améliorés) et au moins 10 jours s'est écoulée depuis l'apparition de vos symptômes.

Si vous pensez avoir besoin de soins de santé, appelez d'abord. Votre fournisseur peut évaluer si vous devez être vu au bureau ou si vous pouvez récupérer à la maison. En outre, il peut y avoir des options pour que vous puissiez parler à un fournisseur de soins à domicile à l'aide de la technologie