



Le Dr Ben est le Chef du département Santé de la Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (FICR). Grâce à cette fiche d'information hebdomadaire, il abordera certaines des questions et rumeurs les plus répandues dans les communautés d'Afrique concernant le nouveau coronavirus, connu sous le nom de COVID-19. Ces questions et rumeurs sont recueillies auprès des communautés par les Sociétés nationales de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge qui travaillent en Afrique. Cette fiche d'information vise à aider les Sociétés nationales à répondre aux questions courantes et à fournir des faits pour mettre un terme aux rumeurs et aux informations erronées concernant le nouveau coronavirus.

1. Existe-t-il un remède au COVID-19 ?

- Aucun médicament spécifique ne peut prévenir ou traiter la maladie liée au coronavirus (COVID-19).
- Les scientifiques travaillent sans relâche pour développer des traitements efficaces. Ils essaient notamment de déterminer si les traitements utilisés pour autres maladies peuvent également être efficaces contre le COVID-19, mais jusqu'à présent les résultats ne sont pas clairs.
- Ces traitements seront testés dans le cadre d'essais cliniques, mais pour le moment, il n'existe aucun traitement efficace contre le COVID-19 qui soit prouvé scientifiquement.
- Si vous présentez des symptômes légers, restez chez vous jusqu'à ce que vous soyez rétabli. Vous pouvez soulager vos symptômes en :
 - vous reposant et en dormant ;
 - restant au chaud ;
 - buvant beaucoup de liquides ;
 - prenant une douche bien chaude pour apaiser les maux de gorge et la toux.
- Si vous pensez avoir le COVID-19, vous devez rester chez vous et ne pas entrer en contact avec d'autres personnes, même avec votre propre famille. Assurez-vous de ne pas partager d'assiette ou de couverts, de draps ou d'autres objets avec d'autres personnes de votre foyer.
- Si vous présentez une fièvre, une toux, et avez des difficultés à respirer, vous devez demander l'avis d'un médecin. Appelez tout d'abord le centre médical le plus proche ou la ligne d'assistance téléphonique du ministère de la Santé et suivez les instructions qui vous seront données.

2. Est-ce que seules les personnes âgées sont touchées ?

- Il est vrai que les personnes âgées sont plus susceptibles d'être plus gravement touchées par le COVID-19.
- Les personnes âgées n'ont pas un système immunitaire aussi fort que la plupart des jeunes, et sont plus susceptibles d'avoir des maladies associées à des résultats graves de COVID, comme le diabète, et des maladies cardiovasculaires. Par conséquent, ils sont plus vulnérables aux effets de COVID-19. Elles ont plus de risques de présenter des symptômes graves du COVID-19 et de développer de graves complications.
- L'âge n'est toutefois pas le seul facteur de risque d'aggravation de la maladie. Des adolescents et des personnes d'une vingtaine d'années ont été gravement malades et nombreux sont les malades qui ont dû être placés en soins intensifs, et certains sont malheureusement décédés.

- Les personnes dont le système immunitaire est faible ou qui présentent des affections préexistantes sont plus vulnérables à la COVID-19, quel que soit leur âge.
- Tout le monde peut attraper le nouveau coronavirus, jeunes comme personnes âgées, riches ou pauvres, peu importe d'où vous venez, où vous vivez et quelle que soit votre confession religieuse. Le nouveau coronavirus fait partie de la même famille de virus que le rhume ou la grippe. De la même manière que tout le monde peut contracter un rhume, tout le monde peut attraper le nouveau coronavirus.
- Les personnes peuvent transmettre le COVID-19 aux groupes vulnérables même si elles ne présentent aucun symptôme ou seulement des symptômes légers, c'est pourquoi nous devons tous agir de manière responsable. C'est à nous de protéger les personnes les plus vulnérables dans notre entourage familial et amical.
- Donc, quel que vous soyez, il est essentiel que vous suiviez les cinq règles simples reprises sur la première page pour assurer votre sécurité et celle de votre famille, en particulier vos proches âgés, ou les personnes qui souffrent déjà d'une maladie.

CINQ RÈGLES SIMPLES POUR ASSURER VOTRE SÉCURITÉ ET CELLE DE VOTRE FAMILLE

1. Lavez toujours vos mains avec du savon et de l'eau ou utilisez du désinfectant pour les mains. Pour vous laver correctement les mains, vous devez les laver pendant environ 20 secondes et recouvrir toutes les parties de vos mains : doigts, pouces, entre les doigts, sous les ongles, paumes et dos des mains. Chantez la chanson joyeux anniversaire deux fois pendant que vous lavez vos mains pour arriver à 20 secondes. Cela tuera tous les virus qui sont sur vos mains.
2. Ne touchez pas vos yeux, votre nez ou votre bouche, cela augmente les risques de transférer le virus de vos mains à l'intérieur de votre corps.
3. Le virus se transmet d'une personne à une autre personne. Essayez donc de limiter vos contacts avec d'autres individus. Restez chez vous et évitez les bars, les restaurants et les événements publics. Si vous sortez, essayez de maintenir une distance de sécurité avec les autres personnes. Imaginez que vous tenez un grand balai, si vous ne pouvez toucher personne avec ce balai, vous êtes à une distance sûre des autres. Évitez de serrer des mains, de tenir la main de quelqu'un, d'embrasser ou de serrer des personnes dans vos bras.
4. Si vous toussiez ou éternuez, couvrez votre bouche et votre nez avec un mouchoir ou le creux de votre coude, et lavez-vous les mains si vous toussiez ou éternuez dans vos mains.
5. Restez chez vous si vous ne vous sentez pas bien, que vous avez une toux sèche et de la fièvre, ou si vous êtes essoufflé, et contactez vos services sanitaires locaux ou la hotline du ministère de la Santé. Cela diminue le risque que vous transmettiez le virus à d'autres.

3. Le COVID-19 est-il répandu intentionnellement en Afrique ?

- Le nouveau coronavirus n'est pas répandu intentionnellement en Afrique. La plupart des pays ont commencé à enregistrer des cas après l'entrée de personnes atteintes du virus dans le pays après un voyage à l'étranger, mais le virus se transmet désormais d'une personne à une autre au sein des communautés.
- Le virus se propage lorsqu'une personne infectée par le virus tousse, éternue ou parle et que les gouttelettes émises par la bouche ou le nez de la personne arrivent dans les yeux, le nez ou la bouche d'une personne saine.

- Il est aujourd'hui présent dans au moins 185 pays, et plus de 1,8 million de cas sont désormais confirmés. Comparée à d'autres régions, l'Afrique compte pour l'instant le moins de cas confirmés. Aujourd'hui, les pays les plus durement touchés sont les États-Unis d'Amérique, l'Espagne, l'Italie et l'Allemagne.
- L'épidémie de la maladie a commencé en Chine en décembre 2019, elle s'est ensuite répandue en janvier dans d'autres pays d'Asie et d'Europe, en Australie et aux États-Unis. À la fin du mois de janvier, l'épidémie a été déclarée urgence mondiale. Le premier pays d'Afrique à avoir signalé un cas était l'Égypte, le 14 février 2020. À ce jour, quelque 52 pays africains ont signalé des cas.
- Les coronavirus sont reconnus pour leur capacité à être transmis de l'animal à l'humain, et il semblerait que la maladie ait commencé lorsque des travailleurs du marché des produits de la mer de Wuhan ont contracté le virus d'animaux avec lesquels ils étaient en contact.
- La nature produit sans cesse de nouveaux virus et malheureusement, le nouveau coronavirus n'est qu'un nouvel exemple de l'intelligence de la nature.

4. Le COVID se transmet-il pendant les rapports sexuels ?

- Il se propage lorsqu'une personne infectée par le virus tousse, éternue ou parle et que les gouttelettes émises par la bouche ou le nez de la personne arrivent dans les yeux, le nez ou la bouche d'une personne saine.
- Le virus peut dès lors se transmettre par un baiser puisque le virus car le virus est transmis par des gouttelettes qui peuvent être présentes dans la salive.
- Il est commun d'échanger des baisers lors d'une relation sexuelle. Avoir des relations sexuelles avec autrui implique de toucher et embrasser l'autre, vous risquez donc d'attraper ou de propager le COVID-19.
- Si vous vivez dans la même maison avec un partenaire sexuel régulier et que vous n'avez pas de symptômes et n'êtes pas exposé à d'autres personnes, les rapports sexuels peuvent être sûrs et même être une manière de rester connecté et de diminuer l'anxiété dans ces temps qui peuvent être stressants.
- Toutefois, si vous ou votre partenaire présentez des symptômes du COVID-19 ou si vous ne vous sentez pas bien, de manière générale, il est conseillé d'éviter tout contact physique, de maintenir une distance de sécurité de 2 mètre entre vous, et ce pendant 14 jours. Cela signifie pas de rapports sexuels, pas de caresses intimes, et surtout pas de baisers.
- La meilleure manière d'éviter que vous ou vos proches n'attrapiez le nouveau coronavirus est de suivre les cinq règles simples présentées sur la première page.

5. Pourquoi tout le monde n'est-il pas testé ?

- Actuellement, il n'y a pas suffisamment de tests pour répondre à la demande. Les tests sont réservés aux patients pour lesquels le résultat du test influencera les soins proposés. Par exemple, si la personne est un professionnel de la santé, et entre donc en contact d'avec d'autres personnes, ou s'il s'agit de personnes âgées ou de personnes ayant une autre maladie et sont donc plus susceptibles d'être gravement atteints par le virus, ou s'ils sont un contact connu d'un cas déjà confirmé.
- Les décisions concernant les tests relèvent de la responsabilité des ministères de la Santé à l'échelle locale et/ou des médecins individuellement.

COVID-19 : DEMANDEZ AU Dr BEN

#3 - RÉGION AFRIQUE - 15 avril 2020



- Différents types de tests sont menés :
 - Un test consiste en un prélèvement dans le nez ou la gorge à l'aide d'un écouvillon, qui est envoyé à un laboratoire pour détecter des signes du virus.
 - L'autre type de test consiste en une analyse de sang visant à détecter si une personne a déjà eu le virus et si des signes du virus se retrouvent dans le sang.
- Jusqu'à présent, 47 des 49 pays de la région Afrique de la FICR ont la capacité d'effectuer des tests pour COVID-19, mais cela se limite souvent à la capitale ou à d'autres grandes villes.
- Des efforts sont déployés pour étendre les tests à d'autres pays d'Afrique.

SI DES QUESTIONS SE POSENT OU DES RUMEURS SE RÉPANDENT DANS VOTRE PAYS, CONTACTEZ EVA.ERLACH@IFRC.ORG ET NOUS ESSAYERONS D'Y RÉPONDRE DANS CETTE FICHE D'INFORMATION.