

# Aide à la décision

## Si vous avez des symptômes de la COVID-19

Suivez les indications décrites dans ce tableau pour vous aider à prendre la meilleure décision pour vous et pour vos proches. En tout temps, appliquez les mesures d'hygiène et de prévention pour éviter la contamination :

- lavez-vous les mains souvent;
- tousssez ou éternuez dans le pli de votre coude, le haut de votre bras ou dans un mouchoir de papier plutôt que dans vos mains;
- nettoyez votre environnement.

### Situation pour un adulte ou un enfant

Je fais de la fièvre (température  $\geq 38$  °C ou 100,4 °F ou  $\geq 37,8$  °C ou 100,0 °F pour les personnes âgées) ou j'ai des symptômes parmi les suivants :

- apparition ou aggravation d'une toux;
- difficultés respiratoires ou essoufflement, écoulement nasal ou congestion nasale, nausées, vomissements et maux de ventre;
- fatigue extrême;
- perte soudaine de l'odorat sans congestion nasale, avec ou sans perte de goût;
- douleur musculaire;
- mal de tête;
- perte d'appétit importante;
- mal de gorge;
- diarrhée.

**Je suis une personne âgée** qui présente des symptômes gériatriques (perte d'autonomie, chute, confusion nouvelle, agitation ou ralentissement, perte d'appétit, fatigue extrême, etc.).

### Situation pour un adulte ou un enfant

Je fais plus de 38 °C (100,4 °F) de fièvre et je suis dans l'une des situations suivantes :

- difficulté à respirer qui persiste ou qui augmente;
- lèvres bleues;
- difficulté à bouger;
- fièvre chez un bébé de moins de 3 mois (voir page 13);
- somnolence, confusion, désorientation ou difficulté à rester éveillé;
- absence d'urine depuis 12 heures.

### DÉCISION

**Je reste à la maison et je fais l'outil d'autoévaluation des symptômes de la COVID-19 ou j'appelle la ligne info coronavirus (1 877 644-4545) pour savoir si un test est recommandé.**

**Je suis les indications que l'on me donne.**

### DÉCISION

**Je me rends sans attendre à l'urgence.**

**Si j'ai besoin d'aide, j'appelle le 911.**

### RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

**Centre de relations avec la clientèle de Services Québec**

#### Ligne info coronavirus

1 877 644-4545 (sans frais)

#### Personnes sourdes ou malentendantes

1 800 361-9596 (sans frais)

### Numéros importants :

Votre pharmacien :

Votre médecin :

Votre CLSC :

Soyez bien informé. Consultez le site Web [Québec.ca/coronavirus](https://www.quebec.ca/coronavirus) pour connaître l'actualité.