

# Comment vous isoler avant votre intervention

En attendant de subir une intervention, vous devez vous isoler des autres le plus possible. Si vous présentez des symptômes de la COVID-19 (p. ex. fièvre, toux ou difficulté à respirer) avant la date prévue de l'intervention, appelez votre chirurgien.

Mis à jour le 29 mai 2020

## Restez à la maison

- N'utilisez pas le transport en commun ni les services de covoiturage ou de taxis.
- N'allez pas au travail ni à d'autres endroits publics.



## Évitez les contacts avec les autres

- Ne recevez aucun visiteur à moins que ce soit essentiel (p. ex. fournisseurs de soins).
- N'ayez aucun contact avec des aînés et des personnes ayant une maladie chronique (p. ex. diabète, troubles respiratoires ou déficience immunitaire).
- Dans la mesure du possible, ayez votre propre chambre et votre propre salle de bain à la maison.
- Assurez-vous que l'air circule bien dans les pièces communes (p. ex. ouvrez les fenêtres).
- Si ces mesures ne sont pas possibles, restez à au moins deux mètres des autres en tout temps.



## Gardez vos distances

- Pratiquez la distanciation physique. Gardez, en tout temps, une distance d'au moins deux mètres entre vous et les autres et portez un masque qui vous couvre le nez et la bouche.
- Si vous ne pouvez pas porter de masque, les autres devraient en porter un lorsqu'ils se trouvent dans la même pièce que vous.



## Lavez-vous les mains

- Lavez-vous les mains souvent avec de l'eau chaude courante et du savon ou utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool.
- Séchez-vous les mains avec un essuie-tout ou avec une serviette que personne d'autre n'utilise.



## Couvrez votre toux et vos éternuements

- Toussez ou éternuez dans un mouchoir, dans le haut de votre manche ou dans le pli du coude, pas dans vos mains.
- Jetez les mouchoirs dans une poubelle doublée d'un sac de plastique et lavez-vous les mains.
- La doublure de la poubelle rend l'élimination des déchets plus sécuritaire. Lavez-vous toujours les mains après avoir vidé la poubelle.



## Portez un masque qui vous couvre le nez et la bouche

- Si vous devez quitter la maison pour aller à un rendez-vous chez un fournisseur de soins de santé, portez un masque.
- Portez un masque lorsque vous êtes à moins de deux mètres des autres, ou restez dans une pièce séparée.
- Si vous n'avez pas de masque, restez à au moins deux mètres des autres et couvrez votre toux et vos éternuements.



## Que faire si je présente des symptômes?

Les personnes qui ont des symptômes ou qui croient avoir pu être exposées à la COVID devraient composer le 905 378-4647, poste 42819 (4-CV19).

On leur donnera un rendez-vous ainsi que des instructions sur l'accès aux centres de St. Catharines et de Niagara Falls.

Les centres d'évaluation acceptent les personnes sans rendez-vous; toutefois, ces dernières devront attendre dans leur véhicule le temps qu'on effectue l'inscription et les procédures administratives.

Il est plus rapide et plus efficace d'appeler à l'avance pour fixer un rendez-vous. Appelez au 905 378-4647, poste 42819 (4-CV19).

Pour des raisons de sécurité, n'utilisez pas l'entrée principale de l'hôpital ni celle du service des urgences pour venir subir le test. Chaque centre d'évaluation a sa propre entrée.

Visitez [www.niagarahealth.on.ca/COVID-19](http://www.niagarahealth.on.ca/COVID-19) pour obtenir des mises à jour ainsi que des conseils pour rester en bonne santé.

**santéniagara**

Des soins extraordinaires. Chaque personne. Chaque fois.

\*Adaptation d'un document produit par le Système de santé William Osler