



# ARRÊTEZ LA PROPAGATION

La prévention des maladies respiratoires est similaire. Pour aider à prévenir les infections :

**RESTEZ À JOUR AVEC LES VACCINS CONTRE LE COVID-19 ET LA GRIPPE.**



**RESTEZ À LA MAISON LORSQUE VOUS VOUS SENTEZ MALADE.**

**RENSEIGNEZ-VOUS AUPRÈS DE VOTRE MÉDECIN SUR LES OPTIONS DE TEST ET DE TRAITEMENT.**



**PRATIQUEZ UNE BONNE HYGIÈNE DES MAINS.**

**LAVEZ-VOUS SOUVENT LES MAINS AVEC DE L'EAU ET DU SAVON PENDANT AU MOINS 20 SECONDES.**



**NETTOYEZ ET DÉSINFECTEZ SOUVENT LES SURFACES FRÉQUEMMENT TOUCHÉES.**

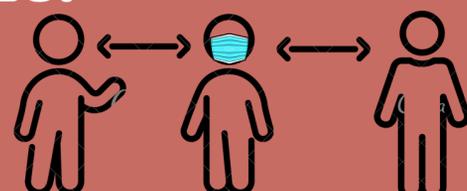


**COUVREZ-VOUS LE NEZ ET LA BOUCHE.**

**UTILISEZ UN MOUCHOIR LORSQUE VOUS TOUSSEZ OU ÉTERNUEZ.**



**PENSEZ À PORTER UN MASQUE BIEN AJUSTÉ DANS LES ESPACES INTÉRIEURS BONDÉS.**



# VIRUS RESPIRATOIRE SYNCYTIAL (VRS)



## QU'EST-CE QUE LE VRS ?

Le virus respiratoire syncytial ou « RSV » est un virus respiratoire courant provoquant des symptômes semblables à ceux du rhume.

## SYMPTÔMES

Les symptômes du VRS se développent 4 à 6 jours après avoir été infecté, et pour la plupart des enfants et des adultes, cela **ressemble à un rhume** - cela comprend le plus souvent :



- Toux
- Nez qui coule
- Fièvre
- Perte d'Appétit
- Courbatures
- Se sentir fatigué
- Une respiration sifflante
- Éternuements



## PROTÉGEZ-VOUS CONTRE LE RSV

- Il existe des mesures clés que tout le monde peut prendre pour contribuer à prévenir la propagation du VRS et d'autres virus respiratoires, notamment :
  - Couvrez votre toux et vos éternuements avec un mouchoir ou la manche de votre chemise, pas avec vos mains.
  - Lavez-vous souvent les mains avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes
  - Évitez tout contact étroit avec les autres, comme embrasser, serrer la main et partager des tasses et des ustensiles de cuisine
  - Nettoyer les surfaces fréquemment touchées telles que les poignées de porte et les appareils mobiles
  - Nettoyez quotidiennement les jouets partagés au lave-vaisselle ou avec du savon et de l'eau chaude pour éviter toute toxicité.

## QUAND FAUT-IL APPELER UN MÉDECIN ?

- Heureusement, la plupart des gens se rétablissent d'eux-mêmes d'une infection par le VRS ; cependant, appelez immédiatement votre médecin ou **demandez des soins d'urgence si la personne présente l'un des symptômes suivants** :
  - Fièvre élevée et continue (101,3 F [38,5 C] ou plus).
  - Difficultés à respirer, telles que des respirations ou des rétractions courtes, rapides et superficielles, où la poitrine s'effondre et le ventre se dilate à chaque respiration.
  - Signes de déshydratation
  - Refuser d'allaiter ou de donner le biberon.
  - Irritabilité ou inactivité inhabituelle
  - Devenant bleu autour des lèvres et du bout des doigts

Ce que vous devez savoir :

# VIRUS RESPIRATOIRE SYNCYTIAL (VRS)

## Qu'est-ce que le VRS ?

- Le virus respiratoire syncytial ou « RSV » est un virus respiratoire courant provoquant des symptômes semblables à ceux du rhume.
- Bien que tout le monde puisse contracter le VRS, il constitue la cause la plus fréquente d'infections des voies respiratoires inférieures, telles que la bronchiolite et la pneumonie, chez les enfants de moins d'un an.
- Les gens sont généralement contagieux pendant 3 à 8 jours et peuvent le devenir un jour ou deux avant de commencer à montrer des signes de maladie.

## Quels sont les symptômes du VRS ?

La plupart des personnes atteintes du VRS développent des symptômes 4 à 6 jours après avoir été infectées. Les symptômes chez la plupart des enfants et des adultes **ressemblent à un rhume** et comprennent le plus souvent :

- Toux
- Fièvre
- Courbatures
- Une respiration sifflante
- Nez qui coule
- Perte d'Appétit
- Se sentir Fatigué
- Éternuements

## Quand faut-il appeler un médecin ?

Heureusement, la plupart des gens se rétablissent d'eux-mêmes d'une infection par le VRS. Les symptômes du VRS sont généralement à leur paroxysme entre le troisième et le cinquième jour de la maladie. Appelez immédiatement votre médecin ou **demandez des soins d'urgence si vous ou votre enfant présentez l'un des symptômes suivants** :

- Fièvre élevée et continue (101,3 F [38,5 C] ou plus)
- Difficultés à respirer, telles que des respirations ou des rétractions courtes, rapides et superficielles, où la poitrine s'effondre et le ventre se dilate à chaque respiration
- Signes de déshydratation
- Irritabilité ou inactivité inhabituelle
- Refuser d'allaiter ou de donner le biberon
- Devenant bleu autour des lèvres et du bout des doigts

---

## Comment le VRS est-il prévenu ?

---

Il existe des mesures clés que tout le monde peut prendre pour contribuer à **prévenir la propagation du VRS et d'autres virus respiratoires**, notamment :

- Couvrez votre toux et vos éternuements avec un mouchoir ou la manche de votre chemise, pas avec vos mains.
- Lavez-vous souvent les mains avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes
- Évitez tout contact étroit avec les autres, comme embrasser, serrer la main et partager des tasses et des ustensiles de cuisine
- Nettoyer les surfaces fréquemment touchées telles que les poignées de porte et les appareils mobiles
- Nettoyer quotidiennement les jouets partagés au lave-vaisselle ou avec du savon et de l'eau chaude pour éviter toute toxicité

---

## Quand les gens peuvent-ils retourner au travail/à l'école ?

---

Les adultes et les enfants diagnostiqués avec le VRS doivent rester à la maison jusqu'à au moins **24 heures après la disparition de la fièvre sans utiliser de médicaments**.

Cependant, si les garderies ou autres établissements connaissent un groupe de maladies respiratoires, ils peuvent demander aux gens de rester à la maison plus longtemps (plus de 5 jours après le début de la maladie).

Pour des questions, des préoccupations ou des conseils supplémentaires, appelez le Bureau des maladies infectieuses du BPHC au 617-534-5611.