

# Recommandations pour les patients adultes atteints de maladies auto-immunes ou auto-inflammatoires en période épidémique COVID-19

Les recommandations présentées dans cette fiche sont actualisées à la date du **mardi 27 octobre 2020** mais **peuvent être amenées à évoluer**, nous vous recommandons de consulter le site dédié du gouvernement : [www.gouvernement.fr/info-coronavirus](http://www.gouvernement.fr/info-coronavirus).

À ce jour, de nombreux départements sont concernés par le dispositif de couvre-feu, les sorties et déplacements sont interdits de 21h à 6h du matin. Des dérogations sont prévues sur présentation d'une attestation pour certains motifs détaillés sur : <https://urlz.fr/e5UQ>.

## Suis-je plus fragile face au SARS-CoV-2 (COVID-19) ?

- **Prendre des corticoïdes au long cours par voie orale, vous rend plus fragiles vis-à-vis du virus SARS-CoV-2.**



Les traitements de fond les plus fréquemment utilisés comme le méthotrexate, les anti-TNF, les anti-interleukine-6, ne semblent pas s'accompagner d'un sur-risque d'infection sévère à SARS-CoV-2.

- **D'autres traitements de fond diminuent vos défenses immunitaires et pourraient contribuer à vous rendre plus fragiles vis-à-vis du virus SARS-CoV-2 comme :**

- le rituximab
- le cyclophosphamide
- l'azathioprine
- le mycophénolate mofétil...

- **Toutefois, les facteurs de risque déjà identifiés dans la population générale restent ceux le plus souvent associés à un risque de forme sévère chez les patients atteints de maladies auto-immunes et auto-inflammatoires :**

- l'âge au-delà de 65 ans
- l'obésité
- le diabète non équilibré/compliqué
- les antécédents :
  - d'HTA
  - d'AVC
  - de maladie coronaire
  - d'insuffisance cardiaque
  - de cirrhose
  - de pathologie respiratoire
  - de maladie rénale
  - de cancer sous traitement

- **Les femmes enceintes au 3<sup>ème</sup> trimestre (<https://urlz.fr/dGyU>).**



Les personnes dites « vulnérables » peuvent obtenir auprès de leur pharmacien sur présentation d'une ordonnance, une boîte de 50 masques chirurgicaux, tous les mois.

**Pas d'arrêt intempestif des traitements immunosuppresseurs/immunomodulateurs et biothérapies**, sauf en cas de signes d'infection (fièvre, toux, difficultés respiratoires, courbatures...) et uniquement sur avis médical du médecin référent qui vous suit pour votre pathologie ou de votre médecin de famille.

**Pas d'anti-inflammatoires non stéroïdiens** (AINS : Ibuprofène et tous les autres), ni de corticoïdes pour traiter un accès fébrile ou infectieux. Prendre du paracétamol.

**Pas d'arrêt intempestif des corticoïdes** (ou de la colchicine pour les maladies auto-inflammatoires).

**Le plaquenil** n'a montré aucun intérêt dans le traitement des symptômes de la COVID-19 et ne constitue pas un traitement préventif de la COVID-19. La meilleure prévention associe masque, distanciation physique et gestes barrières.



**En cas de symptômes respiratoires nouveaux, consultez votre médecin traitant.**



**!** Dans toutes ces situations de fragilité, le télétravail est recommandé, s'il est possible. Dans le cas contraire, consultez votre employeur ou votre médecin du travail pour identifier les modalités de travail les plus adaptées à votre situation (horaires décalés, postes sans exposition au public...). Plus d'infos sur : <https://urlz.fr/e5MS>

Si vous partagez votre domicile avec un proche à l'état de santé jugé fragile vous devez strictement respecter les gestes barrières si vous développez des signes d'infection. Si vous ne pouvez télétravailler ou être suffisamment protégé dans le cadre de votre activité, consultez votre médecin traitant ou médecin du travail afin d'établir une déclaration d'interruption de travail ou un certificat d'isolement : <https://urlz.fr/e5MS>.

# Respectez les gestes barrières

Source : [www.gouvernement.fr/info-coronavirus](http://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



Portez un masque pour aller dans les lieux publics et lorsque la distanciation n'est pas possible



1 à 2 m  
de distance



Lavez-vous les mains à l'eau et au savon (au moins 1 min), ou à l'aide d'une solution hydro-alcoolique plusieurs fois par jour et après chaque contact, et après les éternuements (à faire au creux du coude) ou mouchages de nez (avec mouchoir à usage unique) et après avoir touché des surfaces qui pourraient avoir été contaminées.



Toussez ou éternuez au creux du coude ou dans un mouchoir à usage unique



Pour vous moucher, utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le immédiatement



Saluez sans se serrer la main ni embrassade, et respectez une distance d'au moins un mètre.



Aérez régulièrement votre environnement, au moins 10 minutes 3 fois par jour.



Évitez de porter vos mains à votre visage sans les avoir au préalable lavées à l'eau et au savon ou à l'aide d'une solution hydro-alcoolique.



Pour les patients fragiles, il faut diminuer les contacts individuels et familiaux autant que possible en période de circulation active du virus. Les activités à l'extérieur doivent être privilégiées. À l'intérieur, le masque est recommandé en gardant les distances.

## Pour les personnes ayant des symptômes qui font penser au COVID-19 (toux, fièvre, diarrhées, perte d'odorat ou du goût...)

- Isolement à domicile
- Prenez rendez-vous pour vous faire tester au plus vite (vous êtes prioritaire)
- Contactez votre médecin traitant
- Respectez les gestes barrières vis-à-vis de votre entourage immédiat et portez un masque chirurgical en présence d'autres personnes dans la même pièce pour une période d'au moins 7 jours
- Surveillez votre température pendant au moins 7 jours
- Dans la mesure du possible, dormez séparément. Les zones communes, salle de bain par exemple, si elles sont partagées doivent répondre à des mesures d'hygiène robustes, nettoyées et désinfectées fréquemment (eau de javel). Ne partagez pas les serviettes et produits d'hygiène
- Évitez de toucher les poignées, interrupteurs et surfaces planes, nettoyez et désinfectez fréquemment (eau de javel) pour protéger les personnes qui vous entourent
- Aérez plusieurs fois par jour maison / appartement
- Appelez le 15 uniquement en cas de symptômes graves, gêne respiratoire ou malaise ou si vous n'arrivez pas à contacter votre médecin traitant.

- Si après 7 jours il n'y a plus de fièvre l'isolement peut être levé. Dans le cas contraire contactez à nouveau votre médecin traitant (restez isolés jusqu'à 48h après la disparition de la fièvre)

### Pour les personnes fragiles étant contact avec un cas avéré d'infection à SARS-CoV-2

- Isolement à domicile 7 jours à la date du dernier contact avec la personne atteinte
  - Prenez immédiatement rendez-vous pour vous faire tester au 7<sup>ème</sup> jour car vous êtes prioritaires (dans l'attente du résultat restez isolés). Si vous travaillez, voyez avec votre médecin traitant pour bénéficier d'un arrêt de travail
- ➡ Si le test de dépistage est positif : poursuivre l'isolement à domicile 7 jours à partir de la date du prélèvement test
- ➡ Si le résultat est négatif : Levée de l'isolement mais poursuite des gestes barrières, distanciation physique et port du masque
- ➡ Si vous développez des symptômes au cours des 7 jours d'isolement, référez-vous à l'encadré ci-contre



Téléchargez l'application  
« Soyez alertés et alertez les autres en cas d'exposition à la COVID-19 »



<https://urlz.fr/e5Vw>

<https://urlz.fr/cR3t>

ou télécharger directement pour Android : <https://urlz.fr/e5Vu>



## Vaccination antigrippale fortement recommandée

Plus d'infos sur : <https://urlz.fr/e6fD>

filière de santé  
maladies rares

fai2r