



Gestion des patients COVID-19 à domicile

Les cas suspects ou confirmés de COVID-19 qui sont peu symptomatiques et qui selon leur évaluation clinique n'ont qu'une maladie bénigne, ne nécessitant pas une hospitalisation peuvent être pris en charge à domicile

Critères de maladie "bénigne"

- Patient ambulateur
- SpO₂ ≥95%
- Fréquence respiratoire <25 (Adulte)
- Fréquence cardiaque <120 (Adulte)
- Température 36-39 ° C
- Absence de comorbidités décompensées et État mental normal
- Présence au moins d'une personne à la résidence pour assister en cas de besoin

Le patient suivi à domicile doit être informé des conditions de l'auto-isolément à la maison et recevoir des **conseils appropriés sur les risques de transmission communautaire**. Il nécessitera un suivi régulier de l'évolution des signes et symptômes en particulier entre j6-j12 pour dépister des complications (cardio-respiratoires et thrombo-emboliques) éventuelles.

1. À la maison, le patient doit rester dans une pièce spécifique et utiliser sa propre salle de bain (si possible). S'il vit dans des logements collectifs, il doit rester dans sa chambre avec la porte fermée, ne sortir qu'en cas de besoin, et alors porter un masque. Si c'est impossible, placer chaque lit à au moins un mètre l'un de l'autre.
Il doit éviter les déplacements et les contacts inutiles avec d'autres personnes.
2. Lorsqu'un contact est inévitable, le patient doit porter un masque facial et se tenir à une distance d'au moins 1 mètre (de préférence 2 mètres) des autres personnes.
3. Le patient doit se laver fréquemment les mains avec de l'eau et du savon. Des désinfectants à base d'alcool peuvent également être utilisés, à condition qu'ils contiennent au moins 70% d'alcool.
4. Le patient doit pratiquer une bonne hygiène de toux (**tousser dans le pli du coude**) et éternuements, en utilisant un mouchoir en papier, puis en jetant immédiatement le mouchoir dans une poubelle doublée, puis en se lavant les mains immédiatement.
5. Le patient ne devrait pas recevoir de visiteurs à domicile. Seuls ceux qui vivent dans la maison devraient être autorisés à rester.
6. Le patient doit éviter de partager les articles ménagers comme la vaisselle, les tasses, les ustensiles de cuisine et les serviettes. Après avoir utilisé l'un de ces éléments, les articles doivent être soigneusement lavés au savon et préférentiellement à l'eau chaude.

7. Toutes les surfaces avec lesquelles les contacts sont fréquents comme les dessus de table, les comptoirs, les toilettes, les téléphones, les ordinateurs, etc. doivent être nettoyées correctement et fréquemment avec du chlore ou détergent ménager.
8. Si le patient doit laver son linge à la maison et avant que les résultats ne soient disponibles, tout le linge doit être lavé à l'aide d'un détergent à lessive, ils doivent être si possible séchés et repassés en utilisant le réglage le plus élevé compatible avec le tissu. Des gants jetables et un tablier en plastique doivent être portés lors de la manipulation des vêtements usagés.
9. **Il est conseillé au patient de se procurer un oxymètre de pouls pour surveiller de manière continue sa saturation en oxygène qui doit être $\geq 95\%$ (sans problème pulmonaire chronique), ainsi qu'un thermomètre pour la prise de température.**

Protocole de prise en charge à domicile pour les cas légers

- Bonne hydratation (2 à 3 litres / jour)
- Paracétamol 500 mg 3 fois par jour si $T^{\circ} \geq 38^{\circ} C$
La dose et la fréquence peuvent être doublées en fonction de la réponse mais à ne pas dépasser 4 grammes sur 24 heures
- Vitamine C 1000 mg/ jour
- Vit. D : 1000 UI / jour pendant 10 jours
- Zinc Co 220 mg / jour
- Aspirine 81 ou 100 mg q AM ; ou rivaroxaban* 10 mg 1 fois/jour ou apixaban* 2,5mg 2fois/jour. *Durée à établir avec le médecin traitant

Si toux :

- Position prône et tapotage du dos 4 fois par jour et au besoin
- Sirop à base de codéine (ne pas abuser, peut entraîner une constipation)

Si diarrhée :

- Sérum de réhydratation orale à volonté
- Lopéramide 2mg après chaque selle liquide, ne pas dépasser 16 mg / jour

Si myalgie, céphalée, douleur articulaire ou douleur abdominal

- Paracétamol 1 gramme 3 fois /jour, ne pas dépasser 4 grammes sur 24 heures

Si conjonctivite :

- Compresses glacées (bien essorer)
- Larmes artificielles (humilub/tears/Splash) 4 fois / jour ou toutes les 2 heures au besoin
- Confortgel pommade le soir
- Si les sécrétions sont purulentes : Chloramphénicol (Ophthomycline) ou Ciprofloxacine/ofloxacine goutte oculaire (Ophtaflox, Oflox) 1 goutte 3 fois / jour jusqu'à disparition des symptômes.

NB : Le patient COVID-19 isolé à domicile doit continuer sa médication habituelle sauf avis médical contraire.

Gardez le moral en restant en contact avec les personnes que vous aimez, par téléphone ou en ligne.

Il est recommandé autant que possible de garder un minimum d'activité physique : 5 minutes de marche et quelques exercices respiratoires plusieurs fois par jour. Les activités de relaxation musculaire progressive peuvent aider à diminuer le stress lié à l'isolement.

PARAMETRES A SURVEILLER

- Saturation d'oxygène
- Fréquence respiratoire
- Fréquence cardiaque
- Température
- Glycémie si diabétique
- Tension artérielle
- Etat neurologique, état de conscience
- Fréquence des mictions

Tout au cours du traitement à domicile une alimentation équilibrée, facile à digérer doit être maintenue comprenant fruits et légumes. Petits repas plusieurs fois par jour avec prise de liquides/jus naturels à base d'orange, citrus, cerise, mangue, melon, sans sucre ajouté.

Les légumes tels les épinards, le cresson, l'ail, l'oignon, la betterave, liane panier ne sont pas à négliger. **Certaines infusions seraient recommandées comme** le thym, Ti-baume, menthe, basilic, citronnelle et de mélisse, gingembre, cannelle.

INDICATIONS D'HOSPITALISATION

- Baisse continue de la SpO2 par rapport à la valeur initiale OU $\leq 93\%$ ($\leq 91\%$ si pathologie pulmonaire chronique connue)
- Fréquence respiratoire > 25
- Fréquence cardiaque > 120 (En dehors de toute fièvre)
- Fièvre $\geq 39^{\circ}\text{C}$ pendant plus de 48 heures malgré des doses fortes de paracétamol
- Diarrhée et ou vomissement rebelles avec signes de déshydratation
- Altération de conscience
- Hypotension
- Comorbidités cardiaques ou pulmonaires non contrôlées
- Diabète non contrôlé (Consulter GUIDE FHADIMAC)

CONDITIONS D'ARRET DE L'ISOLEMENT

- 10 jours après un test RT PCR positif
- Ou**
- 10 jours après l'apparition des premiers symptômes **Et**
 - En absence de fièvre sans antipyrétique et nette amélioration de la toux depuis 72 heures.

Numéros à contacter en cas d'urgence : MSPP : 2020 / 4343-3333/ 116

Numéro du médecin privé habituel du patient ou du médecin en charge du suivi :