

Prévention primaire du SARS-CoV2

Par souci d'efficacité de lecture, le texte est à la forme masculine.

Bénéficiaires 1 : les patients à risque sans symptôme

L'objectif prioritaire de toutes les mesures prises en Suisse (et la plupart des autres pays) est d'éviter que les hôpitaux et les soins intensifs soient submergés.

Les patients à risque sont ceux qui sont les plus susceptibles de provoquer ce débordement.

En l'absence de traitement, éviter que CES patients soient contaminés doit être un objectif de santé publique.

L'expérience acquise depuis le début de la crise montre que :

- La compréhension et l'application des mesures de prévention primaire par les patients à risque et leur entourage est bonne et qu'elle est valorisée par un contact téléphonique personnalisé. Elle est presque toujours améliorée par quelques précisions (p ex mettre en place la distribution de masques aux proches aidants qui font des soins en-dessous de la distance de 2m).
- A l'heure où « tout s'arrête », le lien médical et humain avec les patients à risque est réaffirmé. Ceux-ci s'en montrent extrêmement reconnaissants.
- Le contact permet de révéler des maladies physiques et psychiques qui n'osent plus s'exprimer, par « peur d'encombrer (téléphoner) et qui sont susceptibles de provoquer une morbidité et une mortalité supérieure à celles du Covid-19 si elles ne sont pas traitées.
- Les distinctions entre a) risque de complication et risque de contamination b) distance physique (2m) et distance sociale (à éviter) c) confinement et absence de sortie à risque, peuvent être expliquées et permettent de significativement réduire l'anxiété et conserver des comportements favorables à la santé (notamment l'activité physique et une alimentation équilibrée).
- La mobilisation de tout le cabinet et de volontaires dans une action de prévention et de promotion de la santé, ainsi que la gratification immédiate délivrée par l'immense majorité des patients, soutiennent le moral des médecins de famille et de leur équipe dans un moment où ils peuvent eux aussi se sentir désemparés et isolés.

Le rôle des médecins traitants :

- MFVaud et la SVM vous encourage à rejoindre cette action de prévention qui se révèle 100% bénéfique pour nos patients et qui bénéficiera ensuite de « piqûres de rappel » régulières via un plan canicule adapté.
- D'autre part, cette action apporte une perspective de sortie de crise, à moyen ou long terme : si l'auto-confinement (presque) strict des patients à risque est bien en place et qu'il permet que les capacités du système de santé ne soient pas submergées, l'auto-confinement du reste de la population pourra être progressivement être levé, par catégories de risque, en commençant par les enfants.
- En référence à l'Odyssée, le confinement strict c'est le Charybde des maladies et des morts par autres causes que le Covid-19.
- Le laisser faire c'est le Sylla des maladies et des morts par le Covid-19.
- La troisième voie, qui essaie de ne retenir que les éléments positifs des 2 autres, c'est le moyen de retrouver Pénélope.

Procédure:

1. Planifier

- a) Lister les patients de > 65 ans et les patients à risque avec maladie cardiaque chronique de type insuffisance cardiaque, maladie pulmonaire chronique (bronchopneumopathie chronique obstructive, emphysème, asthme sévère malgré traitement ok), cancer, immunosuppression, diabète (sauf sous ADO bien compensé).
- b) En comptant une moyenne de 4-7 minutes par patient (un peu > au début), évaluer la dotation en personnel d'appoint à trouver dans votre réseau personnel ou à demander à votre mandataire régional.
- c) Imaginer le dispositif technique en fonction de la dotation du cabinet en bureaux et téléphones. Expérience faite, il est confortable de disposer du dossier patient mais 1 ordinateur peut être partagé par 2 « téléphonistes ».
- d) Planifier le travail téléphonique. En cas de travail téléphonique parallèle à la consultation, l'utilisation de téléphones privés est probablement nécessaire pour garder le téléphone du cabinet accessible.

2. Annoncer

- a) Les besoins en personnel d'appoint sont à annoncer à info@svmed.ch qui dispose d'une liste de 200 confrères à la retraite impatients de vous aider.
- b) Votre action à secretariat-mfvaud@outlook.com le nb de collaborateurs impliqués et le nombre de patients à contacter.

3. Facturer

Chaque contact téléphonique est une prestation médicale. Elle peut être facturée. La question d'une rétribution de volontaires indépendants (physio, etc) doit être discutée avec eux-ci.

Prévention primaire SARS-CoV2

1. Check-list de consolidation de l'application des recommandations de prévention primaire pour les patients à risque.

<u>Phase</u>	<u>Recommandations</u>	<u>Check</u>
<u>1</u>	Symptômes d'IVRS ? Si oui → directives OFSP. Si non 2	
<u>2</u>	Rester confiné·e chez soi.	
<u>3a</u>	Patient·e seul·e : qui vous aide ou vous visite? Besoin de soins rapprochés (<2m) par des proches aidants ?	
<u>3b</u>	Patient·e en ménage : qui vit avec ?, aide ou visite extérieure ? Besoin de soins rapprochés par des proches aidants ?	
<u>4</u>	Aide avec distance physique et visite : ne doit pas avoir de symptôme de refroidissement. Doit bien se frotter les mains 1 minute au savon en entrant. Doit respecter une distance de 2m.	
<u>5</u>	Soins rapprochés ou assistance nécessitant un contact rapproché (<2m) tel que nourrir, vêtir, faire la toilette : le soignant/aidant : ne doit pas avoir de symptôme de refroidissement. Doit bien se frotter les mains 1 minute au savon en entrant. Doit porter un masque durant le soin → distribution par le cabinet de qq masques pour la durée des soins (à utiliser jusqu'à une durée totale de 4-8h)	
<u>6</u>	Autres personnes du ménage: <ul style="list-style-type: none"> - Distance de 2m entre les personnes - Si possible avoir chacun son lit - Au retour de l'extérieur bien se frotter les mains 1 minute au savon - Si on se mouche, jeter le mouchoir et se frotter les mains 1 minute au savon. - Tousser dans son coude - Après avoir déféqué : bien se frotter les mains 1 minute au savon PUIS tirer la chasse. - Avoir chacun son linge. 	
<u>7</u>	Si possible sortir dans la nature, à l'air et au soleil, à 2 m de distance si accompagné.	
<u>8</u>	Lavage et désinfection des mains (cf affiche OMS en annexe) Le virus se transmet par les gouttelettes (toux, éternuement) qui tombent sur les surfaces dans un rayon de 1 à 1.5 mètre. Le virus survit de 24h à plusieurs jours suivant les surfaces. C'est pour cela qu'il est fondamental de se laver/désinfecter les mains après tout contact à l'extérieur avec les poignées de porte, les mains courantes des escaliers, les caddies et paniers de course des magasins, les boutons d'ascenseur, le mobilier urbain, les poignées dans les transports publics,...	

Bénéficiaires 2 : les médecins.

L'objectif prioritaire de toutes les mesures prises en Suisse est d'éviter que les hôpitaux et les soins intensifs soient submergés.

Le débordement interviendra aussi si les soignants tombent malades. Le rationnel valable pour les patients à risque s'applique tout autant aux soignants.

L'expérience montre que l'application par les soignants des mesures de prévention primaires du SARS-Cov2 est excellente au travail mais peut être améliorée en dehors du lieu de travail **et vis-à-vis de l'entourage.**

Autres personnes du ménage:

- Distance de 2m entre les personnes
- Si possible avoir chacun son lit
- Au retour de l'extérieur bien se frotter les mains 1 minute au savon
- Si on se mouche, jeter le mouchoir et bien se frotter les mains 1 minute au savon.
- Tousser dans son coude
- Après avoir déféqué : bien se frotter les mains 2 minutes au savon PUIS tirer la chasse.
- Avoir chacun son linge

Autres mesures:

- Visite : ne doit pas avoir de symptôme de refroidissement. Doit bien se frotter les mains 1 minute au savon en entrant. Doit respecter une distance de 2m.
- Sortir dans la nature, à l'air et au soleil, à 2 m de distance si accompagné.
- Basique ? Oui mais si difficile à respecter ! En particulier avec des petits enfants. Les situations de crise stimulent souvent la créativité et l'humour. Longue vie aux « corona-bisoux » et autres marques d'amour corona-correctes si nécessaires à leur santé ... et à la nôtre !

Souhaitons-nous courage, ténacité, inventivité ... c'est dans notre ADN !