

Informations générales sur le coronavirus

Habituellement, la maladie de Covid-19 ne provoque qu'une affection bénigne, mais certaines personnes peuvent devenir très malades. C'est le cas en particulier des personnes âgées ou des personnes souffrant de comorbidités. C'est pourquoi il est important que tout le monde contribue à ralentir la propagation du virus dans la population. Pour ce faire, il faut respecter les règles et les recommandations données à tout moment aux niveaux local et national.

Entre le moment où vous avez été contaminé(e) et les premiers symptômes de Covid-19, il s'écoule généralement 4 à 5 jours. La plupart des personnes contaminées qui tombent malades ressentent des symptômes dans les 10 jours. Vous êtes surtout contagieux 1 à 2 jours avant l'apparition des symptômes et les premiers jours après leur apparition.

Le Covid-19 peut donner aussi bien des symptômes légers que de graves complications. Dans de rares cas, le malade peut même décéder. Certaines personnes peuvent cependant avoir le Covid-19 sans en ressentir les symptômes.

Les personnes qui tombent malades commencent généralement par ressentir des symptômes tels qu'un mal de gorge, un rhume et une toux légère, ainsi qu'un malaise général, de la fièvre, des maux de tête et des douleurs musculaires. Certaines personnes ont également des douleurs abdominales ou de la diarrhée. La perte du goût et de l'odorat est caractéristique de la maladie, mais elle n'est pas systématique. Certaines personnes développent des symptômes plus graves tels que difficultés respiratoires, douleurs thoraciques et confusion. Il peut être nécessaire de les hospitaliser.

Les personnes vaccinées peuvent avoir de légers symptômes de rhume lorsqu'elles ont le Covid-19.

Si vous avez des symptômes de Covid-19 ou une maladie respiratoire, il est important que vous vous fassiez tester. Ceci vaut également en cas de symptômes bénins seulement. Restez chez vous en attendant le résultat du test.

Pour éviter toute contamination :

En cas de nouveaux symptômes des voies respiratoires (poumons, gorge ou nez) :

- Toute personne malade devrait rester à la maison et se tester. Ceci vaut également pour les personnes vaccinées et celles qui ont déjà eu le Covid-19. Il est également recommandé de tester les enfants. Les parents/tuteurs décident s'il faut tester les enfants.
- Vous pouvez généralement vous tester en faisant un auto-test à la maison. Vous devez prendre rendez-vous dans un centre de dépistage si le test effectué à la maison est positif.
- Il est préférable de rester à la maison jusqu'à ce que vous soyez en forme

Règles d'hygiène en cas de toux et hygiène des mains :

- Évitez de tousser ou d'éternuer directement sur les autres. Toussez ou éternuez dans un mouchoir en papier ou dans le creux de votre coude. Jetez le mouchoir, puis lavez-vous les mains ou utilisez un désinfectant pour les mains.
- Ayez toujours les mains propres. Lavez-vous les mains à l'eau et au savon. Si vous n'avez pas de savon et d'eau disponibles, vous pouvez utiliser un désinfectant pour les mains à base d'alcool.

Vaccin :

- Toute personne pour laquelle le vaccin contre le Covid-19 est recommandé est encouragée à se faire vacciner.
- Contactez votre commune pour savoir où et quand vous pouvez vous faire vacciner.

Isolement et quarantaine :

- Restez à la maison si vous êtes en quarantaine ou en isolement.
- Les personnes dont l'infection au Covid-19 a été confirmée doivent obligatoirement s'isoler. Ceci s'applique également aux personnes vaccinées.
- Si vous êtes isolé(e), vous devez rester à distance totale des autres. Vous et votre foyer ne pouvez pas recevoir de visites et vous ne devez pas prendre les transports en commun (autobus, train, ferry ou autre).
- Si vous vous occupez d'enfants, il est plus important de s'occuper d'eux que de garder totalement vos distances avec eux.
- En cas de résultat positif au test, vous devez contacter votre commune pour l'en informer.
- Si vous êtes contaminé(e), il est important d'en informer vos contacts proches.
- Si vous avez besoin de soins médicaux, contactez votre médecin généraliste par téléphone. Vous pouvez également appeler les urgences au 116 117. Précisez que vous avez le Covid-19 lorsque vous appelez. En cas de maladie grave aiguë, appelez le 113.
- Si vous êtes cas contact d'une personne infectée, une quarantaine peut vous être imposée. Il est important de respecter les informations données par l'équipe de traçage des infections de votre lieu de résidence.
- La quarantaine est moins stricte que l'isolement. Lorsque vous êtes en quarantaine, vous devez garder une bonne distance avec les autres.
- Si vous avez installé [l'application Smittestopp](#), nous vous encourageons à signaler votre infection dans l'application. Ceci s'applique uniquement si vous avez été testé positif par le centre de dépistage de la commune.

Groupes à risque :

- Si vous faites partie d'un groupe présentant un risque accru de maladie grave de Covid-19, vous devez vous protéger encore plus contre le virus, par exemple en évitant les foules ou en gardant vos distances avec les autres. Le vaccin protège contre les formes graves de Covid-19.

Lorsqu'il y a beaucoup de cas de Covid-19 dans une commune ou dans le pays, des mesures supplémentaires de protection contre le virus peuvent être prises dans le pays. Des exemples de telles mesures sont de rester à une distance de 1 mètre par rapport aux autres personnes ou de porter un masque lorsque l'on ne peut pas garder ses distances.

La situation sanitaire du pays change. La situation varie d'une commune à l'autre. Il est important de se tenir informé(e) des recommandations et des règles qui s'appliquent à votre commune et à l'ensemble du pays.

Generell informasjon om Korona

Språk: Fransk

Opprettet: 03/2020 Oppdatert: 12/2021



Les autorités demandent à tous ceux qui vivent en Norvège de lire les informations et les conseils importants sur le coronavirus sur www.fhi.no et www.helsenorge.no. Les conseils changent rapidement. Les informations sont disponibles en norvégien et en anglais. Si vous ne comprenez pas les informations, demandez de l'aide à une personne que vous connaissez.