

Recommandations aux personnes et aux familles dans les zones touchées par le virus Ebola

August 2014

La maladie à virus Ebola est bien réelle et mortelle. Mais vous pouvez vous protéger, protéger votre famille et votre communauté en suivant les recommandations ci-après

Vous êtes exposé si vous avez

- Passé du temps auprès d'un malade d'Ebola **OU**
- Assisté aux funérailles d'une personne décédée récemment et présentant des symptômes d'Ebola

La maladie à virus Ebola débute rapidement par une forte fièvre. Une personne atteinte se sent extrêmement fatiguée, a des maux de tête et des douleurs musculaires, et perd l'appétit.

Souvenez-vous

- **Seules les personnes ayant des symptômes sont contagieuses**
- **Les dépouilles mortelles des malades d'Ebola sont également contagieuses**
- **Si vous vous êtes remis de la maladie à virus Ebola, vous ne pouvez pas tomber à nouveau malade au cours de cette flambée**

Que faire?

Demander de l'aide immédiatement. Souvenez-vous : un traitement rapide accroît les chances de survie et prévient la propagation.

- Emmenez le malade à l'hôpital, au poste de santé local ou dans un centre de soins Ebola. Informez immédiatement le personnel de santé que la personne est peut-être atteinte de maladie à virus Ebola.
- Si vous ne pouvez pas vous rendre à l'hôpital ou au poste de santé pour une raison quelconque, vous devez vous adresser au responsable local de la communauté immédiatement ou appeler le numéro d'appel d'urgence Ebola XXXXX.
- Si vous connaissez une personne guérie d'Ebola dans votre communauté, demandez-lui son aide. Une personne qui a guéri d'Ebola ne contractera plus jamais la maladie lors de cette flambée. La personne devra suivre les règles d'hygiène afin de ne pas transporter les liquides corporels d'une personne malade et contaminer d'autres membres de la famille.

© Organisation mondiale de la Santé 2014. Tous les droits sont réservés.

Les appellations employées dans la présente publication et la présentation des données qui y figurent n'impliquent de la part de l'Organisation mondiale de la Santé aucune prise de position quant au statut juridique des pays, territoires, villes ou zones, ou de leurs autorités, ni quant au tracé de leurs frontières ou limites. Les traits discontinus formés d'une succession de points ou de tirets sur les cartes représentent des frontières approximatives dont le tracé peut ne pas avoir fait l'objet d'un accord définitif.

L'Organisation mondiale de la Santé a pris toutes les précautions raisonnables pour vérifier les informations contenues dans la présente publication. Toutefois, le matériel publié est diffusé sans aucune garantie, expresse ou implicite. La responsabilité de l'interprétation et de l'utilisation dudit matériel incombe au lecteur. En aucun cas, l'Organisation mondiale de la Santé ne saurait être tenue responsable des préjudices subis du fait de son utilisation.

En attendant de l'aide vous devez

Protéger votre famille

Souvenez-vous : un traitement rapide accroît les chances de survie et prévient la propagation.

- Isolez la personne malade du reste de la famille. Donnez au malade sa propre assiette, sa tasse et ses couverts, sa brosse à dents, etc. Aucun des objets du malade ne doit être partagé avec d'autres.
- Chargez une seule personne de la famille ou de la communauté de s'occuper de la personne. Les autres personnes ne doivent pas entrer en contact avec le malade.
- Évitez de toucher la personne malade. Tous les liquides biologiques, y compris les selles, les vomissures, le sang, le lait maternel, le sperme, l'urine et la sueur, sont dangereux et ne doivent pas être manipulés. Si vous avez besoin de toucher, portez des gants et vérifiez que les gants sont étanches. Vous pouvez vous procurer des gants auprès des postes de santé et des agents communautaires. Si vous n'en trouvez pas, achetez-en dans un magasin. Placez les vêtements, les serviettes et le linge de lit souillés dans un sac plastique et incinérez-les.
- Si vous soignez de façon prolongée un malade d'Ebola chez vous, vous aurez besoin d'un équipement de protection. Demandez à votre poste de santé local de vous le fournir.
- Lavez-vous les mains à l'eau et au savon ou nettoyez-les avec une solution hydroalcoolique (demandez aux agents communautaires) :
 - après avoir touché la personne malade ou tout objet lui appartenant ;
 - après avoir touché des toilettes utilisées par une personne malade ;
 - après avoir touché du sang ou des liquides corporels (selles, vomissures, par exemple) ;
 - après avoir touché tout ce qui pourrait avoir été contaminé par des liquides organiques, **même si vous portiez des gants** ; et
 - après avoir retiré les gants.

Soins au malade

- Administrez une grande quantité de liquide à la personne malade : eau, soupe, thé ou boissons locales. Si possible, encouragez le malade à manger un peu, cuillerée par cuillerée.
- Administrez du paracétamol au malade s'il a de la fièvre et des douleurs. Ne donnez surtout pas d'aspirine ni d'autre antidouleur.

Signes de danger

- Si le malade vomit, a la diarrhée ou commence à saigner, il doit être transporté immédiatement à l'hôpital. **Ce sont des signes de danger.** Le malade peut alors **infecter d'autres personnes** et **risque de mourir.**
- Le malade ne doit être déplacé que par des agents de santé revêtus **de l'équipement de protection individuelle (EPI)** sous la direction des autorités locales.