Restez à la maison si vous avez des symptômes

Procédez au dépistage de la COVID-19 et d'autres virus respiratoires pour vous-même ou pour votre enfant à l'aide de ce questionnaire. Si vous répondez OUI à l'une des questions, restez chez vous et suivez nos conseils.

Le 3 octobre, 2023

1. Présentez-vous l'un de ces symptômes nouveaux ou aggravés* ? ☐ Oui ☐ Non

A) Un ou plusieurs :

Fièvre ≥ 38°C ou frissons

Toux

Difficulté à respirer

Diminution ou perte du goût ou de l'odorat

B) Deux ou plus :

Mal de gorge

Mal de tête

Fatigue prononcée

Congestion ou écoulement nasal

Douleurs musculaires ou articulaires

Nausées, vomissements ou diarrhée

2. Avez-vous obtenu un résultat positif à un test de la COVID-19 dans les derniers 10 jours et avez-vous des symptômes? ☐ Oui ☐ Non

Dans l'AFFIRMATIVE à la Q.1 ou 2, restez en quarantaine chez vous + **Suivez les mesures supplémentaires**

3. L'un des deux cas suivants se présentent : 1) Vous avez un seul symptôme de 1(B) ou 2) vous manifestez depuis peu les symptômes suivants, mais ils se sont aggravés.*

- **Douleurs abdominales**
- **Conjonctivite**
- **Diminution ou absence d'appétit**

☐ Oui ☐ Non

Dans l'AFFIRMATIVE, restez 24 heures à la maison jusqu'à ce que vos symptômes s'atténuent (48 heures pour les nausées, les vomissements ou la diarrhée) et que vous n'ayez pas de nouveaux symptômes

Isolez-vous à la maison si vous êtes malade :

Restez chez vous jusqu'à ce que vous n'ayez pas de fièvre et que vos symptômes s'atténuent pendant au moins 24 heures (ou 48 heures en cas de nausées, de vomissements ou de diarrhée).

Toute personne qui se sent malade, qui présente depuis peu des symptômes ou dont les symptômes pré-existants s'aggravent, y compris ceux qui ne sont pas répertoriés, doit rester chez elle jusqu'à ce que ces symptômes s'atténuent et demander au besoin une évaluation médicale.

Suivez les mesures supplémentaires suivantes pendant 10 jours après le début des symptômes :

Portez un masque bien ajusté dans tous les lieux publics (y compris les écoles et les garderies, exception faite pour les enfants de moins de 2 ans)

Évitez les activités non essentielles où vous enlevez votre masque : (par exemple, jouer d'un instrument pendant le cours de musique ou durant les sports ou les repas au restaurant)

Ne pas se rendre chez des personnes ou dans des lieux (par exemple, les hôpitaux, les maisons de longue durée) à haut risque, y compris où se trouvent des personnes âgées ou des personnes immunodéprimées.

Cet outil est conforme à l'outil d'auto-évaluation provincial.

*Si le symptôme est attribuable à un problème de santé connu, sélectionnez « Non ». Si le symptôme est nouveau, s'il change ou s'il s'aggrave, sélectionnez « Oui ». En cas de légère fatigue ou de douleurs musculaires ou articulaires dans les 48 heures suivant l'administration du vaccin contre la COVID-19 ou contre la grippe, sélectionnez « Non ».