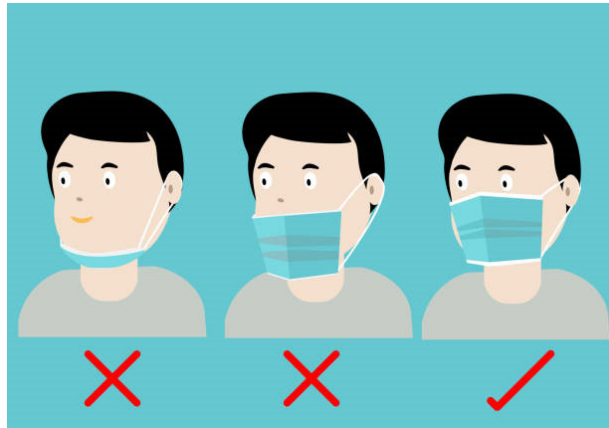


Comment porter le masque?

- Le masque doit couvrir le nez et la bouche.
- Changer le masque minimalement une fois par jour et lorsqu'il est souillé ou mouillé.
- Le déposer sur une surface propre lorsque vous le retirez.
- Procéder à l'hygiène des mains avant de mettre votre masque, avant et après l'avoir touché, et après l'avoir retiré.



Merci de votre collaboration
pour prévenir la transmission des infections

Service de prévention et contrôle des infections

Direction générale adjointe - Santé physique générale et spécialisée,
enseignement et recherche

www.santelaurentides.gouv.qc.ca

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
des Laurentides

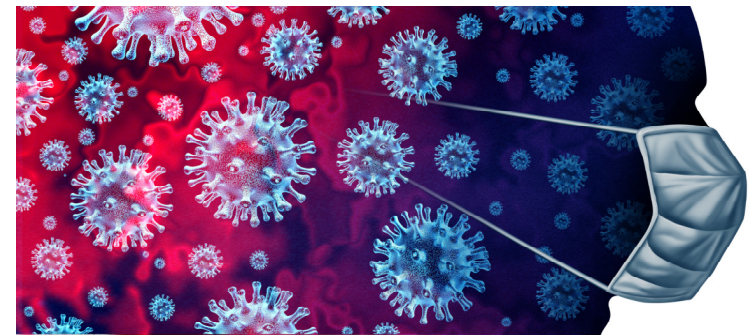
Québec 

 PLUS DE 100 INSTALLATIONS
EN SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX

Communications - Août 2022

LE CISSS DES LAURENTIDES
complice de votre santé

Comment me protéger des virus respiratoires durant mon séjour à l'hôpital



Feuillelet d'information à l'intention
des usagers hospitalisés

Québec 

Mesures de protection recommandées pour les usagers séjournant à l'hôpital

Qu'est-ce qui cause une infection des voies respiratoires?

Les infections des voies respiratoires (rhume, grippe, pneumonie, COVID-19, etc.) sont causées par des microbes (virus ou bactéries).

Comment se transmettent les infections respiratoires?

Ces microbes se transmettent principalement d'une personne à une autre par des gouttelettes contaminées qui sont projetées dans l'air quand la personne infectée respire, parle, tousse, éternue, chante, etc.

La transmission peut également se faire par contact avec des mains non lavées (après avoir toussé ou s'être mouché par exemple) ou encore avec des objets contaminés (ridelles de lit, poignée de porte, robinetterie, etc.).



Comment me protéger des virus respiratoires à l'hôpital?



- Porter un masque médical lors de contact à moins de 2 mètres de toute autre personne (travailleurs de la santé, co-chambres, visiteurs, etc.). De plus, si vous tolérez bien le masque, le port prolongé (aussi souvent que possible) pourra vous apporter une meilleure protection contre la COVID-19.
- Procéder à l'hygiène des mains régulièrement, avec une solution hydroalcoolique ou avec de l'eau et du savon, particulièrement avant de porter les mains au visage (avant de manger ou boire, avant de prendre vos médicaments, etc.).
- Maintenir une distance de 2 mètres avec les autres usagers ainsi qu'avec les visiteurs.
- Éviter le partage d'objets avec d'autres personnes (ex. : téléphone, manette de télévision, livres, etc.).
- Les visiteurs et proches-aidants ne peuvent manger ni boire dans votre chambre, ils doivent conserver leur masque en tout temps.

Comment protéger les autres si je développe des symptômes respiratoires ou si j'ai une infection respiratoire?

- Aviser rapidement un membre du personnel si vous développez tout symptôme d'infection respiratoire (toux, mal de gorge, écoulement nasal, etc.).
- Porter le masque qui vous sera remis en tout temps, si toléré.
- Procéder à l'hygiène des mains régulièrement, avec une solution hydroalcoolique ou avec de l'eau et du savon, particulièrement après avoir toussé ou s'être mouché.
- Tousser et éternuer dans votre coude.
- Maintenir votre rideau de chambre fermé si vous avez un co-chambreur.
- Demeurer à votre chambre et éviter de circuler (sauf si requis pour les traitements et examens).
- Reporter les visites, sauf exceptions (humanitaires, etc.).