



Il est également important de préserver votre santé mentale, en particulier pendant les périodes d'éloignement physique.

Les personnes âgées et les personnes souffrant d'affections préexistantes (comme les maladies cardiaques, le diabète, les affections respiratoires) semblent plus susceptibles de tomber gravement malades si elles sont infectées par le virus.



Note d'information

COVID-19 et MNT



Organisation mondiale de la Santé



COVID-19

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

Les MNT et la santé mentale

www.who.int/ncds
www.who.int/mental_health

COVID-19 et MNT

Pour les personnes vivant avec ou souffrant de maladies non transmissibles :

- Les personnes de tous âges peuvent être infectées par le nouveau coronavirus responsable de la COVID-19.
- Le risque de tomber gravement malade à cause de ce virus semble augmenter à partir de l'âge de 60 ans.
- Les personnes souffrant de maladies non transmissibles (MNT) semblent également plus susceptibles de tomber gravement malades à cause de ce virus. Ces MNT comprennent notamment :
 - Les maladies cardiovasculaires (p. ex. l'hypertension artérielle, le fait d'avoir eu, ou de risquer d'avoir, une crise cardiaque ou un accident vasculaire cérébral)
 - Les maladies respiratoires chroniques (p. ex. la BPCO)
 - Le diabète
 - Le cancer.

Orientations techniques concernant la maladie à coronavirus 2019 (COVID-19) :

Prise en charge des patients*

- **Comprendre les comorbidités du patient pour adapter la prise en charge des manifestations graves de la maladie et évaluer le pronostic**
- **Établir rapidement une communication avec le patient et sa famille**

Lors de la prise en charge en soins intensifs d'un patient atteint de la COVID-19, examiner les traitements médicamenteux qu'il suit et déterminer lesquels doivent être poursuivis et lesquels devraient être temporairement interrompus. Établir une communication proactive avec les patients et leurs familles et leur apporter le soutien nécessaire et des informations sur le pronostic. Comprendre les valeurs et les préférences du patient en ce qui concerne les interventions visant à préserver la vie des patients.

* Voir [https://www.who.int/fr/publications-detail/clinical-management-of-severe-acute-respiratory-infection-when-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-is-suspected](https://www.who.int/fr/publications-detail/clinical-management-of-severe-acute-respiratory-infection-when-novel-coronavirus-(ncov)-infection-is-suspected)

Facteurs de risque et affections qui augmentent la probabilité que les gens tombent gravement malades s'ils contractent la COVID-19 :

- Les fumeurs sont probablement plus vulnérables face à la COVID-19, car dans le geste de fumer, les doigts (et les cigarettes éventuellement contaminées) sont au contact des lèvres, ce qui augmente la possibilité que le virus passe de la main à la bouche. Il se peut aussi que les fumeurs aient déjà des fragilités pulmonaires à cause d'une maladie pulmonaire existante ou d'une capacité pulmonaire réduite, ce qui augmenterait considérablement leur risque de développer une forme grave de la maladie.
- Les appareils servant à fumer du tabac, tels que les pipes à eau, prévoient souvent le partage des embouts et des tuyaux, ce qui pourrait faciliter la transmission de la COVID-19 dans les milieux communautaires et sociaux.
- Les affections qui augmentent les besoins en oxygène ou qui diminuent la capacité de l'organisme à l'utiliser correctement amplifieront chez les patients atteints le risque de contracter une pneumonie virale bilatérale.

Un **mode de vie sain** permettra à l'organisme de mieux remplir toutes ses fonctions, notamment l'immunité. Avoir une alimentation saine, avec beaucoup de fruits et de légumes, rester physiquement actif, arrêter de fumer, limiter ou éviter la consommation d'alcool et dormir suffisamment sont les éléments fondamentaux d'une bonne hygiène de vie.

Conseils aux personnes vivant avec ou souffrant de MNT :

1. Continuez à prendre vos médicaments et suivez les conseils du médecin
2. Assurez-vous d'avoir une réserve de vos médicaments pour un mois, ou plus si possible
3. Restez à une distance d'au moins un mètre des personnes qui présentent une toux, un rhume ou une grippe
4. Lavez-vous souvent les mains au savon et à l'eau
5. Cessez de fumer et évitez de vous tourner vers la consommation d'alcool ou de drogue comme moyen de supporter l'abandon du tabac
6. Préservez votre santé mentale