

**Pandémie Covid-19**  
**Recommandations pour tous les habitants de Brétigny-sur-Orge**  
**Maison médicale de Brétigny**

**Comme tous les lieux de soins, la maison médicale est un endroit où vous risquez de croiser des personnes malades.**

**Vous toussiez ou vous êtes fortement enrhumé, mais vous avez moins de 70 ans et vous êtes en bonne santé par ailleurs.** Vous êtes peut-être infecté, mais ce n'est pas grave si vous n'êtes pas en contact avec des personnes fragiles\*.

- Isolez vous chez vous et déclarez votre absence à votre employeur.
- Rester strictement confiné au domicile (organiser par téléphone avec les voisins pour les courses/balade du chien/etc.)
- Ne pas se serrer la main et interdire les embrassades
- Se laver les mains à l'eau et au savon toutes les 2 heures au minimum
- Tousser et éternuer dans son coude
- Utiliser des mouchoirs à usage unique
- Surveillance de la température matin et soir
- Instaurer les mêmes mesures d'hygiène et de surveillance pour l'ensemble de la famille.
- Prenez du paracétamol (Doliprane, Dafalgan, Efferalgan), mais pas de médicament contenant de l'ibuprofène ou de l'aspirine.
- La guérison peut prendre une bonne dizaine de jours
- N'appellez le médecin que si votre état s'aggrave nettement

**Vous toussiez ou vous êtes fortement enrhumé, ou vous avez de la fièvre, et vous avez plus de 70 ans ou vous avez un autre problème de santé.**

Venez à la maison médicale entre 8h et 13h ou 14h à 19h (le samedi de 8h à 13h)

**Vous toussiez et vous êtes essoufflé comme si vous aviez couru : appelez le 15**

**Vous avez un autre problème de santé urgent, qui ne peut attendre :**

RdV à prendre au 01 46 15 15 50

\* Personnes fragiles à protéger =

- Personnes âgées de > 70 ans
- Personnes atteintes d'insuffisance cardiaque, d'insuffisance respiratoire sous oxygène, de bronchite chronique, asthme, mucoviscidose,
- Personnes dialysées, diabétiques sous insuline, personnes sous chimiothérapie ou traitement immunosuppresseurs (greffe)
- Personnes atteintes de cirrhose, ou de cancers non guérit
- Femmes enceintes