

Maladie à coronavirus 2019 (COVID-19)

Prévenir la COVID-19 chez les personnes présentant un risque plus élevé de développer une forme grave de la maladie

Cette fiche de renseignements est destinée aux personnes qui ont un risque accru de développer une forme grave de COVID-19. Elle vous aidera à déterminer ce que vous pouvez faire pour diminuer votre risque d'exposition au virus de la COVID-19.

Votre risque de COVID-19 augmente :

- avec l'âge – en vieillissant, le risque s'accroît particulièrement chez les adultes plus âgés;
- si vous présentez une affection chronique telle que l'obésité, le diabète, une maladie pulmonaire, rénale ou hépatique, un accident vasculaire cérébral, l'hypertension artérielle ou d'autres affections qui affaiblissent le système immunitaire (p. ex. certains cancers, le VIH ou le sida s'il n'est pas traité);
- avec la prise de médicaments qui affaiblissent le système immunitaire (p. ex. la chimiothérapie, les stéroïdes pris par voie orale).

Prendre des précautions supplémentaires

- Faites-vous entièrement vacciner contre la COVID-19. Une personne est considérée comme étant entièrement vaccinée 14 jours après avoir reçu la deuxième dose d'une série de vaccins contre la COVID-19.
- Les personnes qui présentent un risque plus élevé de développer une forme grave de la maladie doivent suivre de près les mesures de santé publique recommandées même si elles sont entièrement vaccinées, notamment : la distanciation physique, le port du masque, l'évitement des endroits très fréquentés et mal ventilés et le lavage des mains.
- Évitez les transports en commun ou les magasins pendant les périodes de pointe. Ayez recours aux services de livraison ou demandez à d'autres personnes d'aller chercher votre épicerie et d'autres fournitures pour vous. En taxi ou en covoiturage, portez un masque, assurez-vous que le chauffeur en porte un aussi, assoyez-vous derrière et ouvrez la fenêtre.
- Vous risquez d'avoir des complications supplémentaires si vous attrapez la grippe en même temps que la COVID-19. À titre de précaution supplémentaire, faites-vous vacciner contre l'influenza dès qu'il est possible de le faire.
- Pour de plus amples renseignements sur les mesures à prendre pour vous protéger de la COVID-19, consultez la fiche de renseignements de Santé publique Ontario : [Comment se protéger de la COVID-19](#).

Socialiser avec la famille, les amis et autres

- Il importe de prendre des précautions lors de vos rencontres avec des personnes qui ne font pas partie de votre ménage. Cependant, il est tout aussi important que les personnes qui vivent avec vous prennent les mêmes précautions pour éviter de transmettre la COVID-19 dans votre foyer.
- Envisagez d'attendre d'être entièrement vacciné avant d'entrer en contact étroit avec d'autres personnes. Privilégier la fréquentation de personnes qui ont été entièrement vaccinées réduira également vos risques.
- Voyez vos amis et votre famille à l'extérieur dans la mesure du possible. S'il faut vous réunir à l'intérieur, ouvrez les fenêtres et les portes, si possible, pour mieux aérer l'endroit.
- Lorsque vous prenez part à des activités sociales, continuez de respecter les mesures recommandées par la santé publique pour limiter la propagation de la COVID-19. Ces recommandations continueront d'évoluer au fil du plan de déconfinement de l'Ontario.
- Nombre de personnes ont ressenti des niveaux accrus de stress, d'anxiété et de dépression à cause de la COVID-19. Si vous vous inquiétez de votre santé mentale ou de celle d'un proche, communiquez avec votre médecin de famille.

Ressources

- Agence de la santé publique du Canada : [Les populations vulnérables et la COVID-19](#)
- Coalition canadienne pour la santé mentale des personnes âgées : [Tips for Battling Anxiety During this Public Health Situation](#)
- Ministère de la Santé : [Ressources pour les Ontariennes et Ontariens aux prises avec des problèmes de santé mentale et de dépendance pendant la pandémie](#)
- Société canadienne du cancer : [Le cancer et la COVID-19](#)
- About Kids Health : [Information for Parents of Immunocompromised Children and Children with Chronic Medical Conditions](#)
- Santé publique Ontario : [Ressources multilingues sur la COVID-19](#)
- Ontario : [Déconfinement de l'Ontario](#)

Renseignez-vous sur le virus

Pour en savoir davantage et obtenir des renseignements récents sur la COVID-19, veuillez consulter le site Web du ministère de la Santé de l'Ontario : ontario.ca/coronavirus/fr.

Les informations présentées dans ce document ont été mises à jour le 5 août 2021.