

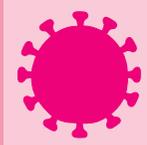
COVID-19

Un guide pour les parents et les aidants familiaux, les professionnels de santé et les partenaires de mise en œuvre



C'est une période pleine d'incertitude pour tous, mais les adolescents et les jeunes auront besoin de votre soutien. Avec quelques renseignements et conseils simples, vous pouvez les aider à rester en bonne santé.

Qu'est-ce que le coronavirus ?



La maladie à coronavirus COVID-19 est une maladie causée par un virus appartenant à une grande famille de virus connus sous le nom de coronavirus. Le virus à l'origine du coronavirus COVID-19 peut affecter à la fois les animaux et les humains.



Chez l'homme, il peut provoquer des infections respiratoires, allant d'un simple rhume jusqu'à des états plus sévères, comme la pneumonie, le syndrome respiratoire aigu sévère et peut parfois entraîner la mort.



Certaines personnes sont infectées mais ne développent aucun symptôme et ne se sentent pas malades. La plupart des gens (environ 80%) se remettent de la maladie sans avoir besoin de traitement spécial. Si les adolescents et les jeunes vivant avec le VIH ne prennent pas leurs médicaments, ils peuvent être plus vulnérables face au COVID-19 et avoir plus de mal à s'en remettre.

Les principaux symptômes du COVID-19



Une toux sèche



Une forte fièvre



D'autres symptômes de la grippe



Ce que vous pouvez faire pour aider les adolescents et les jeunes à rester en bonne santé



Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez :
WHO - www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019
UNAIDS - www.unaids.org/en/covid19

1 S'ils prennent des médicaments, rappelez-leur de les prendre tels que prescrits. Ils devraient en avoir suffisamment pour une période d'au moins 30 jours.



2 Faites preuve d'amour, d'attention et de compassion - en période de stress extrême, il peut y avoir un plus grand risque de violence au sein du foyer.



3 Faites attention aux signes d'anxiété, de stress et de dépression et agissez rapidement.



4 Encouragez-les à bien manger et à faire de l'exercice en toute sécurité pour leur bien-être physique et émotionnel.



5 Ils ne devraient pas rendre visite à leurs amis, mais encouragez-les à rester en contact par téléphone ou par WhatsApp.



6 De nombreux jeunes recevront des conseils contradictoires, alors rappelez-leur de ne faire confiance qu'aux informations validées.



7 S'ils présentent des symptômes de rhume ou de grippe - une nouvelle toux ou de la fièvre - ils doivent rester chez eux et appeler les services d'urgence s'ils ont du mal à respirer.



8 Fournissez-leur les numéros d'urgence s'ils ont besoin d'une aide supplémentaire.



9 Conseillez-leur de rester à au moins 1-2 mètres des autres lorsqu'ils sont dehors et d'éviter autant que possible les endroits où il y a beaucoup de monde.

