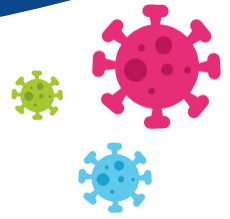


# Recommandations pour les patients adultes atteints de maladies auto-immunes ou auto-inflammatoires en période épidémique COVID-19



Les recommandations présentées dans cette fiche sont actualisées à la date du **mercredi 23 décembre 2020** mais **peuvent être amenées à évoluer**.

Nous vous recommandons de consulter le site dédié du gouvernement : [www.gouvernement.fr/info-coronavirus](http://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



## Suis-je plus fragile face au SARS-CoV-2 (COVID-19) ?

- Prendre des corticoïdes au long cours par voie orale, vous rend plus fragile vis-à-vis du virus SARS-CoV-2.



Les traitements de fond les plus fréquemment utilisés comme le méthotrexate, les anti-TNF, les anti-interleukine-6, ne semblent pas s'accompagner d'un sur-risque d'infection sévère à SARS-CoV-2.

- D'autres traitements de fond diminuent vos défenses immunitaires et pourraient contribuer à vous rendre plus fragile vis-à-vis du virus SARS-CoV-2 comme :
  - le rituximab
  - le cyclophosphamide
  - l'azathioprine
  - le mycophénolate mofétil...

- Toutefois, les facteurs de risque déjà identifiés dans la population générale restent ceux le plus souvent associés à un risque de forme sévère chez les patients atteints de maladies auto-immunes et auto-inflammatoires :

- l'âge au-delà de 65 ans
- l'obésité
- le diabète non équilibré/complicé
- les antécédents : d'HTA, d'AVC, de maladie coronaire, d'insuffisance cardiaque, de cirrhose, de pathologie respiratoire, de maladie rénale, de cancer sous traitement.

- Les femmes enceintes au 3<sup>ème</sup> trimestre (<https://urlz.fr/dGyU>).



Les personnes dites « vulnérables » peuvent obtenir tous les mois, auprès de leur pharmacien sur présentation d'une ordonnance, une boîte de 50 masques chirurgicaux.

**Pas d'arrêt intempestif des traitements immuno-suppresseurs/immunomodulateurs et biothérapies, sauf en cas de signes d'infection (fièvre, toux, difficultés respiratoires, courbatures...)** et uniquement sur avis médical du médecin référent qui vous suit pour votre pathologie ou de votre médecin de famille.

**Pas d'anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS : Ibuprofène et tous les autres), ni de corticoïdes pour traiter un accès fébrile ou infectieux.** Prendre du paracétamol.

**Pas d'arrêt intempestif des corticoïdes** (ou de la colchicine pour les maladies auto-inflammatoires). **Le plaquenil** n'a montré aucun intérêt dans le traitement des symptômes de la COVID-19 et ne constitue pas un traitement préventif de la COVID-19. La meilleure prévention associe masque, distanciation physique et gestes barrières.

**!** En cas de symptômes respiratoires nouveaux, consultez votre médecin traitant.



**!** Dans toutes ces situations de fragilité, le télé-travail est recommandé, s'il est possible. Dans le cas contraire, consultez votre employeur ou votre médecin du travail pour identifier les modalités de travail les plus adaptées à votre situation (horaires décalés, postes sans exposition au public...). Plus d'infos sur : <https://urlz.fr/e5MS>.

Si vous partagez votre domicile avec un proche à l'état de santé jugé fragile vous devez strictement respecter les gestes barrières si vous développez des signes d'infection. Si vous ne pouvez télétravailler ou être suffisamment protégés dans le cadre de votre activité, consultez votre médecin traitant ou médecin du travail afin d'établir une déclaration d'interruption de travail ou un certificat d'isolement : <https://urlz.fr/e5MS>.



## Pour les patients avec maladies auto-immunes/auto-inflammatoires ayant des symptômes qui font penser à la COVID-19 (toux, fièvre, diarrhées, perte d'odorat ou du goût...)

- Isolez-vous à domicile
- Si vous êtes sous traitement corticoïdes, surtout ne l'arrêtez pas
- Si vous êtes sous immunosuppresseurs/ biothérapies/ biomédicaments, arrêtez temporairement votre traitement et prenez contact avec votre médecin spécialiste
- Contactez votre médecin traitant
- Prenez rendez-vous pour vous faire tester au plus vite (vous êtes prioritaire)
- Respectez les gestes barrières vis-à-vis de votre entourage immédiat et portez un masque chirurgical en présence d'autres personnes dans la même pièce pour une période d'au moins 7 jours
- Surveillez votre température pendant au moins 7 jours
- Dans la mesure du possible, dormez séparément. Les zones communes, salle de bain par exemple, si elles sont partagées doivent répondre à des mesures d'hygiène robustes, nettoyées et désinfectées fréquemment (eau de javel). Ne partagez pas les serviettes et produits d'hygiène
- Évitez de toucher les poignées, interrupteurs et surfaces planes, nettoyez et désinfectez fréquemment (eau de javel) pour protéger les personnes qui vous entourent
- Aérez plusieurs fois par jour maison / appartement
- Appelez le 15 uniquement en cas de symptômes graves, gêne respiratoire ou malaise ou si vous n'arrivez pas à contacter votre médecin traitant
- Si après 7 jours il n'y a plus de fièvre l'isolement peut être levé. Dans le cas contraire contactez à nouveau votre médecin traitant (restez isolés jusqu'à 48h après la disparition de la fièvre)
- La reprise de votre traitement immunosuppresseur/biologique/biomédicament doit se faire en général 2 à 3 semaines après la fin des symptômes et sur recommandations de votre médecin spécialiste

### Pour les personnes fragiles étant contact avec un cas avéré d'infection à SARS-CoV-2

- Isolement à domicile 7 jours à la date du dernier contact avec la personne atteinte
  - Prenez immédiatement rendez-vous pour vous faire tester au 7<sup>ème</sup> jour car vous êtes prioritaire (dans l'attente du résultat restez isolés). Si vous travaillez, voyez avec votre médecin traitant pour bénéficier d'un arrêt de travail
- ➡ Si le test de dépistage est **positif** : poursuivre l'isolement à domicile 7 jours à partir de la date du prélèvement test
- ➡ Si le résultat est **négatif** : levée de l'isolement mais poursuite des gestes barrières, distanciation physique et port du masque
- ➡ Si vous développez des symptômes au cours des 7 jours d'isolement, référez-vous à l'encadré ci-contre



## Vaccination contre la COVID-19

Plus d'infos sur : <https://has-sante.fr>

Début janvier 2021 débute la campagne de vaccination contre la COVID-19 avec les vaccins à ARN messagers.

Les personnes prioritaires seront les personnes âgées en résidence de long séjour et les personnels exerçant dans ces établissements s'ils sont sujets fragiles, puis ensuite les personnes avec comorbidités.

Les vaccins à disposition actuellement (à ARN messagers) peuvent être administrés aux patients immunodéprimés (prise de corticoïdes au long cours supérieur à 15mg/jour, immunosuppresseurs ou rituximab) mais ils seront sans doute moins efficaces que dans la population générale.

Il n'y a pas d'augmentation du risque d'effets indésirables chez les patients avec maladies auto-immunes/auto-inflammatoires mais la vaccination doit se faire de préférence lorsque la maladie auto-immune/auto-inflammatoire est en rémission.

La meilleure stratégie pour protéger les patients immunodéprimés est de vacciner l'entourage pour éviter toute contamination malencontreuse (c'est ce qu'on appelle la vaccination en anneau pour protéger les plus fragiles).

## Respectez les gestes barrières

Source : [www.gouvernement.fr/info-coronavirus](http://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



Portez un masque pour aller dans les lieux publics et lorsque la distanciation n'est pas possible même en famille



Lavez-vous les mains à l'eau et au savon (au moins 1 min), ou à l'aide d'une solution hydro-alcoolique plusieurs fois par jour et après chaque contact, et après les éternuements (à faire au creux du coude) ou mouchages de nez (avec mouchoir à usage unique) et après avoir touché des surfaces qui pourraient avoir été contaminées.



Pour vous moucher, utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le immédiatement.



Aérez régulièrement votre environnement, au moins 10 minutes 3 fois par jour.



1 à 2 m de distance



Évitez de porter vos mains à votre visage sans les avoir au préalable lavées à l'eau et au savon ou à l'aide d'une solution hydro-alcoolique



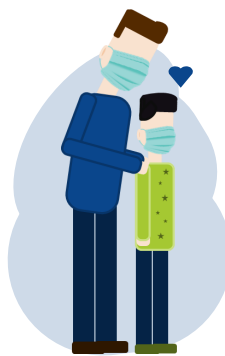
Pour les patients fragiles, il faut diminuer les contacts individuels et familiaux autant que possible en période de circulation active du virus.

Les activités à l'extérieur doivent être privilégiées.

À l'intérieur, le masque est recommandé le plus souvent possible.

Pendant ces fêtes de fin d'année, les familles vont se retrouver. Même si elles seront en plus petit nombre qu'habituellement, les gestes barrières sont de rigueur. Pas plus de 6 adultes à table et à bonne distance. Je remets mon masque pour discuter.

Ci-contre quelques conseils pour éviter toute contamination lors des retrouvailles



D'après *The New York Times*  
<https://urlz.fr/eyfE>



Placé derrière l'enfant ou câlin à la taille visage éloigné, j'évite d'inhaler l'air et les micro gouttelettes qu'expirent l'enfant. Je n'oublie pas de me repasser les mains au gel hydro-alcoolique ensuite.



Téléchargez l'application

« Soyez alertés et alertez les autres en cas d'exposition à la COVID-19 »



Des questions sur le coronavirus ?

[www.gouvernement.fr/info-coronavirus](http://www.gouvernement.fr/info-coronavirus) ou numéro d'information gratuit 0 800 130 000