

# Fonctionnement des Services d'échange de seringues et de Réduction des Risques pendant l'épidémie de COVID-19

La COVID-19 est une maladie provoquée par un nouveau type de coronavirus qui a été récemment identifié et qui peut provoquer une infection respiratoire et des problèmes de santé. Cela reste généralement bénin, et la plupart des gens s'en remettent rapidement lorsqu'ils l'attrapent, mais cela peut être très grave pour les personnes qui ont un système immunitaire affaibli, qui souffrent d'une autre pathologie, ou pour les personnes âgées, il est donc important de rester informé.

Aujourd'hui, le plus important est de ne pas paniquer. C'est toujours bien d'être préparé et cela aide de savoir ce qu'il faut faire. Même s'il n'y a pas d'épidémie importante de COVID-19 dans votre région, se laver les mains et respecter les autres mesures de prévention décrites ci-dessous constituent de bonnes pratiques pour lutter contre d'autres virus comme ceux du rhume ou de la grippe.

## Comment attrape-t-on la COVID-19 ?

La COVID-19 se transmet de personne à personne lorsque quelqu'un tousse ou éternue et que l'on est exposé à des gouttelettes contenant le virus. Il n'y a pas de facteurs de risque identifiés qui rendraient une personne plus ou moins vulnérable à l'infection par le virus. Le principal risque est le contact rapproché avec quelqu'un qui est infecté.



## Quels sont les symptômes de la COVID-19 ?

Les principaux symptômes ressemblent à ceux de la grippe ou d'un très gros rhume :

- Fièvre
- Toux
- Essoufflement/difficulté à respirer
- Fatigue

Ces symptômes apparaissent entre 2 et 14 jours après l'exposition au virus. Les personnes qui sont considérées comme plus à risque sont les personnes qui souffrent déjà d'une autre pathologie, notamment celles atteintes de maladies cardiaques, de maladies respiratoires comme l'asthme/la BPCO, les personnes atteintes de diabète, les personnes vivant avec le VIH, les personnes immunodéprimées ou âgées de plus de 60 ans.



## Comment puis-je éviter la COVID-19 ?

- Lavez-vous les mains souvent, avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes. L'utilisation d'une lotion hydroalcoolique contenant au moins 70 % d'alcool permet aussi de se débarrasser du virus.
- Évitez les contacts rapprochés avec les personnes malades.
- Toussez et éternuez dans un mouchoir à usage unique que vous jetterez dans une poubelle avec un sac, ou si vous n'avez pas de mouchoirs, tousssez dans votre coude. Ensuite, lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon.
- Évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche.
- Faites-vous vacciner contre la grippe. Cela ne vous empêchera pas d'attraper la COVID-19, mais cela vous évitera d'attraper la grippe et de devoir aller chez le médecin, à la pharmacie ou aux urgences et donc cela réduira le risque de contacts avec des personnes potentiellement malades.
- Lorsque vous aidez quelqu'un qui est malade, portez des gants et un masque de protection pour réduire le risque d'être contaminé par des fluides corporels contenant le virus de la COVID-19. Lavez-vous les mains avant de mettre des gants et après les avoir enlevés.





## Si je suis malade, que dois-je faire ?

- Restez chez vous si vous êtes malade, et si vous n'avez pas d'endroit où aller, essayez de réduire vos contacts rapprochés avec les autres. Surveillez votre température chez vous, et évitez les contacts pendant au moins 24 heures après la dernière fièvre. Si vous devez rester avec d'autres personnes, portez un masque de protection si vous en avez un pour ne pas leur transmettre le virus en toussant. Si vous êtes seul en quarantaine, prenez soin de votre santé mentale et assurez-vous d'avoir le plus de soutien possible (soutien émotionnel, nourriture, produits d'hygiène, médicaments, argent).
- Appelez ou contactez un médecin si vous le pouvez pour vous renseigner sur vos symptômes et savoir si vous devez vous déplacer pour aller le voir. Décrivez-lui vos symptômes et expliquez-lui que vous avez peur d'avoir le COVID-19.
- Si vous sentez que vos symptômes s'aggravent, appelez ou contactez un médecin ou allez aux urgences.
- À l'heure actuelle, il n'existe pas de vaccin contre le COVID-19 et aucun traitement pour le soigner. Cependant, un médecin peut vous aider et il est important de vous faire examiner si vous êtes malade et que votre état ne s'améliore pas.

---

## Conseils pour les fournisseurs de Services communautaires d'échange de seringues et de Réduction des Risques

---

### Identifiez les priorités et préparez vos usagers

#### **FAITES DE LA SÉCURITÉ DE VOTRE ÉQUIPE ET DES PARTICIPANTS DU PROGRAMME LA PRIORITÉ.**

Fournissez du matériel en grande quantité pour permettre aux participants de votre programme de se préparer, lorsque c'est possible. Renvoyez chez eux les employés malades (vous aussi !), et soyez attentif au travail des travailleurs pairs. Donnez la possibilité d'avoir accès à la vaccination pour éviter que les systèmes immunitaires ne soient plus affaiblis, pensez aux vaccins contre la grippe, l'hépatite A et l'hépatite B, et associez-vous à votre pharmacie ou à un service de santé local. Encouragez et faites la promotion du lavage des mains/de la désinfection et du fait de tousser/éternuer dans des mouchoirs ou le coude. Pensez à limiter l'accès au programme des visiteurs non-essentiels.

#### **DÉSINFECTEZ LES SURFACES.**

Nettoyez régulièrement les surfaces les plus touchées dans tous les espaces où des services sont fournis, avant, pendant et après la fourniture de ces services. Nettoyez avec des produits ménagers courants, de l'eau de Javel et d'autres désinfectants.

#### **PROPOSEZ DU MATÉRIEL SUPPLÉMENTAIRE.**

Quand c'est possible, proposez de fournir du matériel supplémentaire et en grande quantité aux participants du programme, au cas où vos services devraient fermer, notamment des seringues et du matériel de réduction des risques pour fumer, sniffer et injecter de la drogue. Faites l'inventaire de vos stocks et discutez avec toute votre équipe de la quantité maximale de chaque élément à distribuer. Si vous ne distribuez pas encore du matériel pour fumer et sniffer à moindre risque, organisez-vous pour le faire. Lorsque c'est possible, faites des réserves de gants en latex, de masques de protection et de gel hydroalcoolique pour les distribuer aux participants du programme, avec des instructions sur comment et quand les utiliser. Rappelez à votre équipe de fournir aux participants du programme de grandes quantités de kits de naloxone incluant des masques respiratoires. Discutez avec votre équipe pour savoir si vous avez la capacité de livrer du matériel.

## Organisez-vous à l'avance

### IDENTIFIEZ VOS SERVICES ESSENTIELS.

Quels sont les services du programme qui sont essentiels et qui doivent être fournis même dans le cadre d'un fonctionnement réduit ? Quelles sont les activités qui peuvent être repoussées ou annulées (notamment les réunions de groupes) ? Quand ces services sont-ils fournis, comment et par qui, et peuvent-ils intégrer une part de flexibilité créative ?

### METTEZ À JOUR/CRÉEZ UN PLAN DE COMMUNICATION.

Créez et adaptez un plan de communication pour transmettre les informations concernant les perturbations actuelles ou à venir de vos services à vos employés et aux participants du programme. Pensez à prévoir des moyens pour surmonter la barrière de la langue, les obstacles culturels, technologiques, le handicap, pour communiquer aux personnes à qui vous fournissez des services des informations exactes et en temps opportun sur les perturbations de ces services, par exemple grâce aux réseaux sociaux, aux e-mails, au bouche-à-oreille, aux textos, etc. Assurez-vous que tous les employés et les bénévoles comprennent le plan de communication et leurs rôles.

### RESTEZ INFORMÉ ET CONNECTÉ.

Surveillez le site internet du service de santé de votre état et du service de santé local, et le site internet sur la COVID-19 du Centre pour le Contrôle et la Prévention des Maladies pour avoir les dernières informations. Communiquez et coopérez avec votre service local de santé en cas d'exposition supposée.

### RESTEZ CALME ET NE PANIQUEZ PAS.

Le port du masque n'est pas recommandé à l'heure actuelle pour les personnes qui vont bien. En fait, le port du masque peut susciter l'appréhension des participants et un sentiment de stigmatisation. Les masques peuvent être utilisés par les personnes malades, pour éviter la transmission de la maladie. Les gants ne sont pas nécessaires, mais si vous touchez des gens ou des fluides corporels (par exemple en faisant des prises de sang), portez des gants et lavez-vous fréquemment les mains.

### ORGANISEZ-VOUS POUR FAIRE FACE AUX ABSENCES.

Au moment du pic de l'épidémie, prévoyez 10 à 20 % d'absents dans votre équipe. Préparez-vous à ces absences en organisant des formations croisées entre employés et en planifiant un fonctionnement minimal. Autorisez un temps de présence flexible et les arrêts maladie à chaque fois que cela est possible. Assurez le suivi des absences liées à la grippe. Utilisez le téléphone, les appels vidéo et les applications pour remplacer les rencontres en face à face. Adaptez et/ou créez des plans d'urgence pour le service/le programme, notamment avec l'équipe. Assurez-vous que tous les employés ont accès et comprennent les plans d'urgence.

### CONTINUITÉ DE L'ACCÈS AUX MÉDICAMENTS.

L'accès aux médicaments sur ordonnance peut être limité au cours d'une épidémie de COVID-19. Assurez-vous que les soignants qui suivent les participants de votre programme ont prévu des plans d'urgence et des procédures et des critères clairs pour que les patients puissent obtenir le renouvellement des doses supplémentaires de leurs médicaments contre le VIH, le VHC, de leur traitement psychiatrique et des médicaments traitant d'autres pathologies chroniques. Assurez-vous que les fournisseurs de méthadone et de buprénorphine disposent de plans d'urgence pour maintenir une continuité à bas seuil pour les participants, notamment avec des doses supplémentaires à emporter chez eux. Pensez à faire des ordonnances de buprénorphine d'un mois, avec la possibilité de réaliser des consultations en ligne ou de faire des renouvellements par téléphone en cas de besoin.

### LUTTEZ CONTRE LE RACISME.

C'est une conséquence scandaleuse de l'épidémie de COVID-19 : des cas de racisme et de discrimination anti Chinois ou anti Asiatiques, avec notamment des comportements d'évitement vis-à-vis de personnes américaines d'origine asiatique, ont été signalés.

Les premiers cas identifiés de COVID-19 ont été signalés en Chine, et c'est en Chine que la charge de morbidité reste la plus élevée. Dans nos communautés, il est essentiel de lutter contre ce racisme trop facile et agressif, et contre la stigmatisation. Au cours de leur histoire, les États-Unis ont connu de nombreux épisodes au cours desquels des populations spécifiques étaient ciblées et diabolisées, notamment les Chinois et les Américains d'origine chinoise.