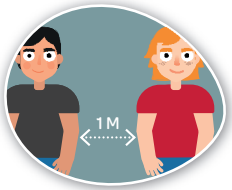
Pour se protéger des gestes simples à adopter

Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydroalcoolique

Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir

Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter

Éviter de se toucher le visage



Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres

Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades

Aérer régulièrement vos lieux de vie

Porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée

Utiliser les outils numériques (TousAntiCovid)

© ARS Normandie / Promotion Santé Normandie /novembre 2020 – Ne pas jeter sur la voie publique

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars Agence Régionale de Santé Normandie

Et après le dépistage, je fais quoi?

Vous venez d'être testé.e pour savoir si vous êtes infecté.e par la COVID-19.

⚠ *Attention*
Si vous avez été identifié.e comme « contact à risque » d'une personne déjà testée positive, vous devez suivre les recommandations particulières qui vous ont été données par l'Assurance Maladie.

Quand aurai-je les résultats de mon test?

Selon le type de test réalisé, les résultats vous seront communiqués :

› **pour un test RT-PCR : en 24h/48 h**
› **pour un test antigénique : entre 15 et 30 minutes**

Le mode de transmission des résultats dépend du lieu de prélèvement.

PROMOTION SANTÉ NORMANDIE
Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé • Irsps

Que dois-je faire en attendant le résultat?

Si vous avez des symptômes

- **Isolez-vous** à domicile et évitez les contacts avec les autres;
- **Portez un masque**;
- Respectez scrupuleusement les **gestes barrières*** .

Si vous n'avez pas de symptômes

Vous pouvez retourner à vos activités tout en continuant à respecter strictement les **gestes barrières***.

(sauf si vous avez été identifié.e comme « contact à risque » d'une personne déjà testée positive, vous devez suivre les recommandations particulières qui vous ont été données par l'Assurance Maladie.)

Les tests RT-PCR et antigéniques

Réalisés par prélèvement nasopharyngé, ils permettent de confirmer que vous êtes ou non porteur du virus au moment précis du test. **Ils ne permettent pas de savoir si vous avez été infecté.e par le passé. Ils ne permettent pas d'éliminer une Covid en phase d'incubation.**

Que faire en fonction du résultat de mon test?

✓ Si votre test est positif: vous êtes porteur.se de la COVID-19

- **Isolez-vous** à domicile, évitez les contacts avec les autres et portez un masque;
- Respectez scrupuleusement les **gestes barrières***;
- Avec l'appui de l'Assurance Maladie, et avec votre consentement, **vous établirez la liste des personnes avec lesquelles vous avez été en contact** ;
- Si vous avez des symptômes, **consultez votre médecin**. S'ils s'aggravent (difficultés respiratoires, signes d'étouffement), **appelez le 15**.

✗ Si votre test est négatif: vous n'êtes pas porteur.se du COVID-19

Vous pouvez retourner à vos activités tout en continuant à respecter strictement les **gestes barrières*** (sauf si vous avez été identifié.e comme « contact à risque » d'une personne déjà testée positive, vous devez suivre les recommandations particulières qui vous ont été données par l'Assurance Maladie.).

*Voir au dos du document.