

EST-CE QUE JE DEVRAIS RESTER À LA MAISON?

Si tu es malade, ne va pas à l'école pour ne pas rendre les autres malades.

Quand rester à la maison?

- Fièvre de 38 °C (100,4 °F) ou plus dans les 24 dernières heures
- Symptômes de rhume ou de grippe qui empirent ou qui ne s'améliorent pas, par exemple :
 - Toux
 - Nez bouché ou qui coule
 - Mal de gorge
 - Mal de tête
 - Frissons
 - Fatigue inhabituelle
- Vomissements ou diarrhée dans les 48 dernières heures
- Rougeurs nouvelles ou qui n'ont pas été évaluées par un fournisseur de soins de santé
- Yeux rouges ou qui coulent, douleur aux oreilles ou tout autre nouveau symptôme
- Maladie contagieuse connue ou soupçonnée
- Symptômes qui t'empêchent :
 - de te concentrer et d'apprendre en classe
 - de participer aux activités scolaires
 - de manger normalement
 - de participer à tes activités habituelles



IMPORTANT : Informe l'école de la raison de ton absence et de tes symptômes.

Tu peux retourner à l'école lorsque :

- Tu n'as plus de fièvre depuis au moins 24 heures, sans prendre de médicaments contre la fièvre.
- Tu n'as pas vomi et n'as pas eu de diarrhée depuis au moins 48 heures.
- Tu as suivi les recommandations de ton fournisseur de soins de santé.
- Tu te sens mieux et tes symptômes s'améliorent depuis au moins 24 heures.
- Tu te sens assez bien pour participer à tes activités habituelles à l'école, au travail et ailleurs.



Quand obtenir des soins d'urgence?

- Blessure grave, comme une fracture potentielle, une brûlure, une blessure à la tête ou des saignements qui ne s'arrêtent pas
- Fatigue extrême ou difficulté à se réveiller
- Déshydratation
- Vomissements, diarrhée importante ou difficulté à garder des liquides depuis 8 heures ou plus
- Difficulté à respirer
- Raideur dans le cou
- Douleur intense



Besoin de conseils sur la santé?

- Communique avec ton fournisseur de soins de santé.
- Appelle Santé811; compose le 811, jour ou nuit, pour parler à un infirmier autorisé ou une infirmière autorisée.

C'est une urgence?

Si tu as besoin de soins médicaux d'urgence, appelle le 911 ou va au service des urgences le plus près.



www.wechu.org

Liens utiles (en anglais)

Ontario College of Family Physicians, [Tips for Teens & Adults with Colds, Flu or COVID-19](#)
Bureau de santé de Windsor-comté d'Essex, [Seasonal Respiratory Illnesses](#)