

MON AUTOTEST EST POSITIF, QUE DOIS-JE FAIRE ?

JE M'ISOLE

- ✓ Je reste chez moi ou **je rentre chez moi m'isoler**,
- ✓ J'informe les personnes avec qui je vis qu'elles doivent également s'isoler et se tester : je consulte pour cela les consignes sur : https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/document_patient_-_consignes_d_isolement.pdf
- ✓ Je préviens mes autres contacts sans attendre le test PCR.
- ✓ J'informe **le SUMPPS par mail : secretariat.medecine@univ-montp3.fr**
- ✓ Comme je suis asymptomatique, mon isolement doit durer 10 jours après la réalisation du test.

J'EFFECTUE IMMÉDIATEMENT UN TEST PCR DE CONFIRMATION

- ✓ Je me rends au plus vite dans un laboratoire pour effectuer un test PCR nasopharyngé.
- ✓ Le test PCR est pris en charge par les services de l'Assurance Maladie sur présentation de ma carte Vitale: je n'ai rien à avancer.
- ✓ La confirmation par test PCR permettra à l'Assurance Maladie de contacter les personnes que j'ai croisées pour qu'elles s'isolent et se fassent tester et de me délivrer un arrêt de travail et/ou de me proposer une solution d'isolement adaptée.

JE CONTACTE MON MÉDECIN TRAITANT

- ✓ **Je contacte mon médecin traitant.** Il pourra m'indiquer la marche à suivre, me prescrire des masques chirurgicaux et un arrêt de travail si besoin.
- ✓ **Je surveille mon état de santé** et je m'informe sur le site officiel mesconseilscovid.fr.
- ✓ **Je contacte mon médecin traitant en cas d'apparition de symptômes**, en cas de doute sur un traitement ou pour tout autre problème de santé. **En cas de difficultés à respirer, notamment en cas d'apparition d'un essoufflement, j'appelle immédiatement le 15 (ou le 114 pour les personnes sourdes ou malentendantes).**

JE RESPECTE SCRUPULEUSEMENT LES GESTES BARRIÈRES

- ✓ **Je continue de respecter scrupuleusement les gestes et mesures barrières pendant 7 jours après ma durée d'isolement** pour ne pas mettre en danger mon entourage et notamment les personnes les plus vulnérables.
- ✓ Concrètement, cela signifie que :
 - ✓ Je porte correctement un masque
 - ✓ J'aère les pièces autant que possible, en continu ou au moins plusieurs minutes chaque heure
 - ✓ Je limite mes contacts sociaux au maximum (pas plus de 6 personnes)
 - ✓ Je reste à une distance d'au moins deux mètres des autres
 - ✓ Je me lave régulièrement les mains avec du savon ou une solution hydroalcoolique
 - ✓ Je tousse ou j'éternue dans mon coude ou dans un mouchoir
 - ✓ Je me mouche dans un mouchoir à usage unique
 - ✓ Je ne serre pas les mains et j'évite les embrassades
 - ✓ J'utilise les outils numériques (application TousAntiCovid, mesconseilscovid.fr)

MON AUTOTEST EST NÉGATIF, QUE DOIS-JE FAIRE ?

- ✓ Je continue de respecter les gestes barrières.

Où trouver son autotest dans votre établissement ?

**Université Paul-Valéry accueil du bâtiment O ,
accueil site Saint Charles et accueil site Du Guesclin**

! Au moindre doute ou si je commence à avoir des symptômes, je fais un test PCR ou antigénique nasopharyngé.