



COVID-19 : Conseils sur le dépistage et généraux pour le public

Les conseils suivants s'appliquent, peu importe le statut vaccinal.

Comme c'est le cas pour de nombreuses autres infections virales courantes (p. ex., la grippe), le dépistage de la COVID-19 n'est recommandé que lorsque son résultat orientera la prise de décisions en matière de traitement ou de soins. En d'autres mots, si vous êtes généralement en bonne santé et ne présentez que des symptômes légers de la COVID-19, vous n'avez probablement pas besoin de vous faire tester. Vous devriez toutefois passer un test dans un centre de santé ou de dépistage local si vous présentez des symptômes de la COVID-19 **et que vous** :

- suivez actuellement un traitement contre le cancer;
- avez subi une transplantation d'organe plein;
- êtes modérément ou gravement immunodéprimé;
- résidez dans un lieu d'hébergement collectif;
- travaillez dans le domaine de la santé ou tout autre domaine vulnérable;
- vivez dans le même foyer qu'un travailleur de la santé ou tout autre domaine vulnérable;
- n'êtes pas vacciné, êtes partiellement vacciné ou n'avez pas reçu de dose de rappel;
- êtes enceinte;
- êtes âgés de moins de 5 ans ou de plus de 60 ans;
- avez un indice de masse corporelle (IMC) supérieur à 40;
- souffrez d'une maladie rénale ou du diabète;
- souffrez d'une grave maladie du foie;
- souffrez d'hypertension;
- souffrez de maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC) ou d'une autre maladie pulmonaire chronique grave;
- souffrez d'une maladie du cœur;
- présentez des symptômes graves qui ne peuvent être pris en charge à la maison;
- avez été déclaré positif à la COVID-19 il y a plus de 90 jours.

Si vous ne présentez que des symptômes légers de la COVID-19, vous n'avez pas



besoin de passer un test. Restez chez vous et loin des autres jusqu'à ce que vos symptômes se soient atténués. Si vous souhaitez faire un test de dépistage à domicile et qu'aucune des catégories énumérées ci-dessus ne vous concerne, vous pouvez demander à une personne qui n'est pas malade d'aller vous chercher une trousse de dépistage gratuite dans n'importe quel magasin Northern, ou au complexe sportif (« Fieldhouse ») ou à l'hôtel de ville de Yellowknife.

Si vous ne présentez pas de symptômes de la COVID-19, vous n'avez pas besoin de passer un test.

Comme ce fut le cas pendant la pandémie, les professionnels de la santé des TNO n'effectuent pas de test de dépistage de la COVID-19 imposé par l'employeur ni de test avant un voyage, et ne fournissent pas de certificat de maladie ni de résultats de tests pour motiver une absence du travail ou de l'école.

RÉSULTAT POSITIF À UN TEST DE DÉPISTAGE

Peu importe le test que vous passez, si vous obtenez un résultat positif, nous vous recommandons de rester à la maison et de limiter vos contacts. Pendant les 10 prochains jours, envisagez : de porter un masque à l'intérieur, de réduire vos contacts (surtout avec les personnes vulnérables), d'éviter les activités à haut risque, et de travailler seul, si possible.

- Si vous obtenez un résultat positif à un test de dépistage à domicile, vous n'avez pas besoin de passer un test en personne, sauf si vous n'êtes pas suffisamment vacciné ou si vous souffrez d'une maladie chronique (voir la page 1 pour les catégories pour lesquelles un test en personne est recommandé).
- Si vous devez passer un autre test en laboratoire ou vous faire évaluer, prenez rendez-vous à votre centre de santé, ou en ligne si vous êtes à Yellowknife.



CONTACTS DE CAS DE COVID-19 AU SEIN D'UN MÉNAGE

Si un membre de votre ménage est déclaré positif, nous vous recommandons de limiter vos contacts pendant 10 jours. Surveillez l'apparition de symptômes et évitez d'aller au travail ou dans des lieux publics. Si vous devez quitter votre domicile, envisagez de porter un masque et de pratiquer l'éloignement physique pendant 10 jours.

- Le dépistage n'est pas nécessaire si vous ne présentez aucun symptôme, mais vous pouvez effectuer un test antigénique rapide à domicile si vous le souhaitez (ces tests sont offerts gratuitement dans les magasins Northern, ainsi qu'au complexe sportif [« Fieldhouse »] et à l'hôtel de ville de Yellowknife).
- **Si vous développez des symptômes :** restez à la maison, suivez les directives sur les personnes déclarées positives à la COVID-19 ci-dessus, ainsi que les directives ci-dessous. Le test de dépistage à domicile est facultatif, mais prenez rendez-vous pour un test en personne si vous présentez un risque accru de conséquences graves de la COVID-19 (voir la première page).

FIN DE LA RECOMMANDATION VISANT À LIMITER VOS CONTACTS

Même si vous devriez toujours maintenir les mesures de santé publique qui conviennent à votre situation, vous pourriez envisager de réduire les précautions supplémentaires lorsque les deux situations suivantes se produisent :

1. Au moins 10 jours se sont écoulés depuis l'obtention d'un résultat positif à un test de dépistage ou depuis l'apparition des symptômes; **et**
2. Vos symptômes se sont améliorés.

Si d'autres membres de votre ménage ont choisi de rester à la maison pendant que vous étiez malade, ils peuvent mettre fin à ces précautions en même temps que vous, à condition qu'ils n'aient pas développé de symptômes ou qu'ils n'aient pas été déclarés positifs à la COVID-19.



AGGRAVATION DE VOS SYMPTÔMES

Si vous développez des symptômes et qu'ils ne s'améliorent pas après 5 jours ou qu'ils s'aggravent, ou si vous avez des inquiétudes, prenez rendez-vous à une clinique ou un centre de santé. Restez à la maison jusqu'à ce qu'un professionnel de la santé vous évalue.

Si vous avez de la difficulté à respirer ou si vos symptômes sont graves, composez le 9-1-1.

En cas de résultat positif à un test de dépistage effectué à domicile chez une personne âgée de moins de 5 ans ou de plus de 60 ans, une personne souffrant de problèmes de santé graves, ou une personne non vaccinée, veuillez consulter un professionnel de la santé ou appeler le 8-1-1 pour en savoir plus.