



COVID-19 : Identifiez votre niveau de risque. **Agissez rapidement.**

Si vous présentez un risque élevé d'évoluer vers une forme grave de la COVID-19, que vous êtes symptomatique et testé positif, n'hésitez pas à consulter votre professionnel de santé.¹



Complétez le Plan d'action contre la COVID-19 à la fin de cette brochure afin de pouvoir agir rapidement si vous êtes testé positif.

Identifiez les symptômes de la COVID-19

Qu'est-ce que la COVID-19 ?

La COVID-19 est une maladie résultant d'une infection par un virus appelé SARS-CoV-2, qui appartient à la famille des coronavirus. Vous pouvez contracter la COVID-19 en étant en contact avec une personne porteuse du virus.¹

Quels sont les symptômes courants de la COVID-19 ?

Les symptômes de la COVID-19 sont très hétérogènes et certaines personnes peuvent ne pas en présenter. La COVID-19 peut se manifester par un ou plusieurs symptômes tels qu'une toux, un nez bouché, une fièvre ou une sensation de fatigue.

Il est essentiel d'effectuer un test dès les premiers signes de maladie, y compris lorsque vos symptômes semblent légers.^{1,2}



Fatigue



Fièvre ou frissons



Toux



Essoufflement ou difficultés respiratoires



Douleurs musculaires ou généralisées



Maux de tête



Mal de gorge



Congestion ou écoulement nasal



Nausées ou vomissements



Diarrhée

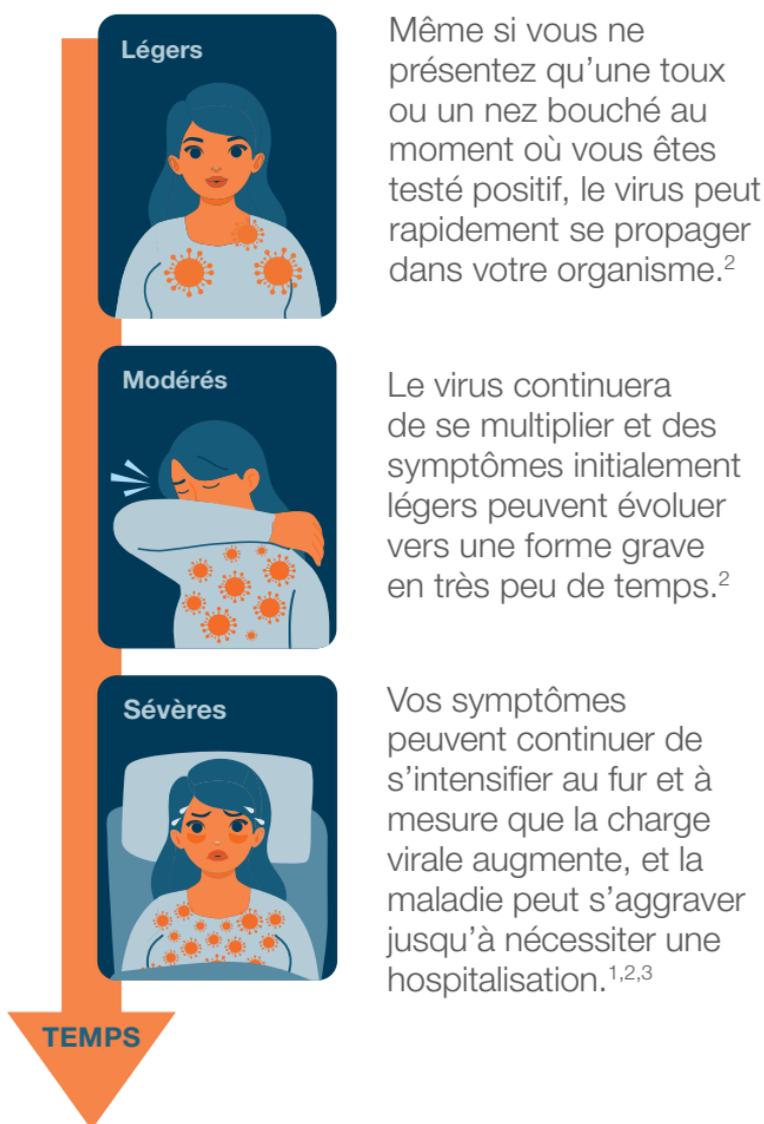


Perte du goût ou de l'odorat

En cas de symptômes et de test positif à la COVID-19, vous pouvez commencer par consulter rapidement votre professionnel de santé. Ceci est particulièrement important si vous présentez un risque élevé de progression vers une forme grave de la COVID-19.

Ne vous laissez pas surprendre par une forme grave de la COVID-19

Des cas de COVID-19 peuvent apparaître n'importe où à tout moment. Si vous présentez certains facteurs de risque, des symptômes initialement légers peuvent rapidement s'aggraver^{1,2}.



Si vous commencez à être malade, vous pourriez avoir du mal à déterminer sur le moment ce qu'il convient de faire. Complétez le plan d'action contre la COVID-19 à la fin de cette brochure afin d'être prêt à agir rapidement.

Identifiez votre niveau de risque

Quelles sont les personnes à risque de forme grave de COVID-19 ?

Un risque élevé d'évoluer vers une forme grave de la COVID-19 ne signifie pas que vous êtes plus susceptible de contracter le virus. Mais la présence de certains facteurs de risque augmente la probabilité que vos symptômes de COVID-19 empirent, conduisant à une forme grave de la maladie, qui peut à son tour entraîner une hospitalisation et mettre en danger le pronostic vital.^{6,7}



Des symptômes initialement légers peuvent évoluer très vite vers une forme grave en l'espace d'une semaine seulement.²

Le fait de présenter des facteurs de risque est plus fréquent que vous ne le pensez.⁴

Voici une liste non exhaustive de facteurs courants qui peuvent vous exposer à un risque élevé⁵

Pour obtenir une liste complète des facteurs de risque de forme grave, vous pouvez en parler avec un professionnel de santé.



Âge
65 ans et +



Cancer ou antécédents de cancer



Insuffisance rénale de stade 3 à 5



BPCO*



Cirrhose du foie



Pathologies cardiovasculaires



Syndromes démentiels



Maladies hématologiques malignes



Maladies rares



Mucoviscidose



Système immunitaire affaibli



Obésité



Drépanocytose



Pathologies auto-immunes (lupus, psoriasis, polyarthrite rhumatoïde)



Diabète non équilibré ou compliqué



Asthme sévère



Pathologies neurologiques (maladie de Parkinson, sclérose en plaques)



Antécédent d'accident vasculaire cérébral



Apnée du sommeil



Problèmes de santé mentale

Utilisez le Plan d'action contre la COVID-19 qui figure au verso de cette brochure pour noter les facteurs de risque que vous pouvez présenter et établir un plan dont vous discuterez avec votre professionnel de santé.

*BPCO : Broncho Pneumopathie Obstructive Chronique

Déterminez si vous êtes atteint de la COVID-19 en passant un test

Pourquoi est-il important de se tester pour la COVID-19 ?

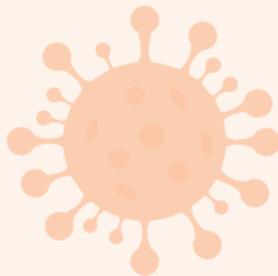
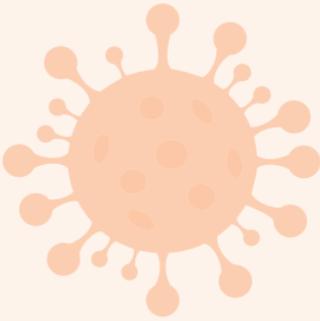
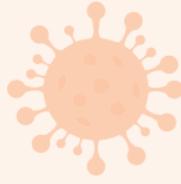
La COVID-19 se propage rapidement dans l'organisme, et vous pourriez infecter d'autres personnes sans le savoir.⁵



Vous pouvez passer un test dès que vous commencez à présenter des symptômes.

Je suis vacciné(e), est-ce que je peux être positif ou positive à la COVID-19 ?⁷

Oui. Même si vous êtes vaccinés(es), il reste un risque d'attraper la COVID-19 et de la transmettre par la suite (même si la maladie sera le plus souvent moins grave et si votre contagiosité sera elle aussi diminuée).





(Indiquez votre nom ici)

Plan d'action contre la COVID-19 en 3 étapes

Si vous tombez malade, vous pourriez avoir du mal à déterminer sur le moment ce qu'il convient de faire. Vous pouvez remplir ce formulaire avec un professionnel de santé à l'avance et le gardez sous la main. Vous pourrez mettre en place votre plan d'action.

Voici ce que vous pouvez faire.¹

ÉTAPE 1 :

J'identifie mon niveau de risque

Si je présente, ne serait-ce qu'un facteur de risque, je pourrais être à risque de développer une forme grave de la COVID-19. J'identifie mes éventuels facteurs de risque en discutant avec mon professionnel de santé^{1,2} :

Pour savoir si vous êtes à risque de développer une forme sévère de la COVID-19, parlez-en avec votre professionnel de santé. Voici une liste non exhaustive de facteurs de risque :

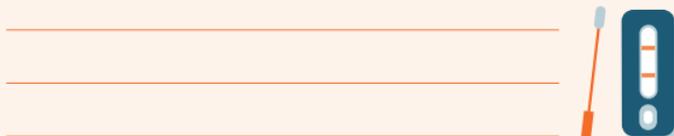
- + de 65 ans
- Cancer ou antécédent de cancer
- Insuffisance rénale de stade 3 à 5
- BPCO
- Cirrhose du foie
- Pathologies cardiovasculaires
- Syndromes démentiels
- Maladies hématologiques malignes
- Pathologies génétiques ou rares
- Mucoviscidose
- Système immunitaire affaibli
- Obésité
- Drépanocytose
- Pathologies Auto-immunes
- Diabète non équilibré ou compliqué
- Asthme sévère
- Antécédent d'accident vasculaire cérébral
- Apnée du sommeil
- Insuffisance rénale modérée à terminale

ÉTAPE 2 :

Je me fais tester

Je peux me faire tester dès l'apparition des symptômes ou suite à une exposition connue à la COVID-19.⁴

Je me fais tester en laboratoire ou en pharmacie.¹



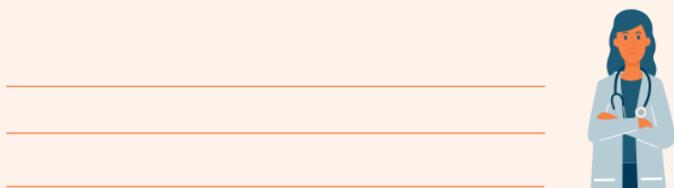
ÉTAPE 3 :

Je parle à mon professionnel de santé

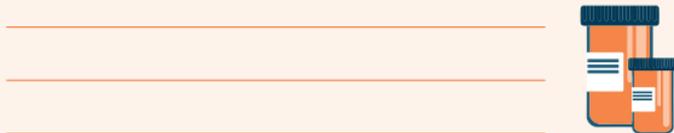
Si je suis à risque élevé de développer une forme grave de COVID-19, symptomatique et que je suis testé positif, je consulte mon professionnel de santé.

Je parlerai à mon professionnel de santé de mes facteurs de risque.¹

Je peux contacter mon professionnel de santé au :

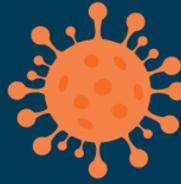


Je prends les médicaments suivants :



J'ai ces questions à poser à mon professionnel de santé :

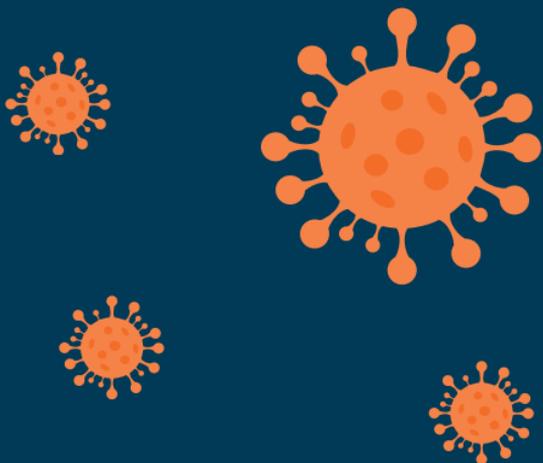
À présent que j'ai mon Plan d'action contre la COVID-19, si je suis testé positif, je sais quoi faire.¹



Références : **1.** INSERM : Du simple rhume au syndrome respiratoire aigu sévère. **2.** Bestetti R, Furlan-Daniel R, Silva V. Pharmacological treatment of patients with mild to moderate COVID-19: A comprehensive review. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(13):7212. **3.** Bar-On YM, Flamholz A, Phillips R, Milo R. SARS-CoV-2 (COVID-19) by the numbers. *eLife*. 2020;9:e57309. **4.** Guan W-J, Liang W-H, Shi Y, et al. Chronic respiratory diseases and the outcomes of COVID-19: A nationwide retrospective cohort study of 39,420 cases. *J Allergy Clin Immunol Pract*. 2021;9(7):2645-2655.e14. **5.** HCSP. Avis relatif à l'actualisation de la liste des facteurs de risque de forme grave de Covid-19. Octobre 2020. **6.** Ameli.fr : Que faire en cas de symptômes évoquant la COVID-19. **7.** <https://mesconseilscovid.sante.gouv.fr/j-ai-des-symptomes-covid.html#je-suis-vaccine-e-est-ce-que-je-peux-etre-positif-ou-positive-a-la-covid>.



PP-UNP-FRA-1529 – Août 2023 - Pfizer, Société par actions simplifiée au capital de 47.570 €. Siège Social 23-25 avenue du Docteur Lannelongue 75014 Paris 433 623 550 RCS Paris. SIREN 433 623 550. SIRET 433 623 550 00020. N° TVA Intra-communautaire FR 73 433 623 550. Locataire-gérant de Pfizer Holding France.



Votre plan d'action contre la COVID-19

Savez-vous quoi faire si vous présentez des symptômes de COVID-19 ?
Vous avez peut-être quelques idées, sans savoir exactement par où commencer.

Avec cet outil simple, vous pouvez établir votre plan à l'avance afin d'être prêt à réagir si vous êtes testé positif, même si vous êtes vaccinés !

Votre Plan d'action contre la COVID-19 vous aidera à :

- 1 Établir votre niveau de risque**
- 2 Passer un test**
- 3 Discuter avec votre professionnel de santé**

En cas de COVID-19, agissez vite !

Établir votre niveau de risque

Soyez au courant des facteurs de risque qui pourraient vous exposer à un risque élevé d'évoluer vers une forme grave de la COVID-19.⁵

Passer un test

N'attendez pas. Testez-vous dès les premiers symptômes.¹

Discuter avec votre professionnel de santé

Si vous êtes testé positif, que vous êtes symptomatique et que vous êtes à risque d'évoluer vers une forme grave de la COVID-19, n'hésitez pas à en parler à votre professionnel de santé.¹



Références : **1.** INSERM : Du simple rhume au syndrome respiratoire aigu sévère. **2.** Bestetti R, Furlan-Daniel R, Silva V. Pharmacological treatment of patients with mild to moderate COVID-19: A comprehensive review. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(13):7212. **3.** Bar-On YM, Flamholz A, Phillips R, Milo R. SARS-CoV-2 (COVID-19) by the numbers. *eLife*. 2020;9:e57309. **4.** Guan W-J, Liang W-H, Shi Y, et al. Chronic respiratory diseases and the outcomes of COVID-19: A nationwide retrospective cohort study of 39,420 cases. *J Allergy Clin Immunol Pract*. 2021;9(7):2645-2655.e14. **5.** HCSP. Avis relatif à l'actualisation de la liste des facteurs de risque de forme grave de Covid-19. Octobre 2020. **6.** Ameli.fr : Que faire en cas de symptômes évoquant la COVID-19. **7.** <https://mesconseilscovid.sante.gouv.fr/j-ai-des-symptomes-covid.html#je-suis-vaccine-e-est-ce-que-je-peux-etre-positif-ou-positive-a-la-covid>.



PP-UNP-FRA-1529 – Août 2023 - Pfizer, Société par actions simplifiée au capital de 47.570 €. Siège Social 23-25 avenue du Docteur Lannelongue 75014 Paris 433 623 550 RCS Paris. SIREN 433 623 550. SIRET 433 623 550 00020. N° TVA Intra-communautaire FR 73 433 623 550. Locataire-gérant de Pfizer Holding France.