

## BONJOUR LA PROTECTION ADIEU L'INFECTION ! SAISON DU RHUME ET DE LA GRIPPE À CHEO PENDANT LA COVID-19



### **Bonjour la protection; adieu l'infection!**

Chaque année, pendant les mois d'hiver, beaucoup de gens contractent le virus de la grippe saisonnière, le rhume ou tombent malades à cause d'autres infections. À CHEO, nous appelons cela le « pic saisonnier », car c'est la période la plus occupée de l'année.

Cette année, les mesures du pic saisonnier sont encore plus importantes en raison de COVID-19.

Pendant cette période, nous comptons sur vous pour nous aider à nous protéger contre la propagation des infections, car lorsque de jeunes enfants et des bébés sont exposés à des infections comme la grippe ou la COVID-19, les conséquences peuvent être graves. Nous avons tous un rôle à jouer.

### **Séjour à CHEO**

C'est notre période la plus occupée de l'année. Si votre enfant ou votre adolescent est admis à CHEO, nous avons un peu plus besoin de votre aide et de votre patience.

### **Restez à la maison si vous êtes malade ou avez été exposé(e) à la COVID-19**

Si vous êtes malade, vous devriez rester à la maison et prendre soin de vous. Si vous avez été en contact étroit avec quelqu'un qui a la COVID-19, la chose la plus sûre que vous puissiez faire pour votre enfant et pour tout le monde à CHEO est de rester à la maison. Vous pouvez demander à un membre de la famille ou à un ami proche de rester avec votre enfant à CHEO pendant ce temps. Soyez assuré(e) que nous trouverons une aide supplémentaire pour votre enfant si vous ne pouvez pas rester avec lui.

Pendant la pandémie, nous devrions tous nous autocontrôler pour tout nouveau symptôme qui pourrait être la COVID-19. Si vous ou votre enfant développez de nouveaux symptômes pendant que votre enfant est à CHEO, il est vraiment important que vous en informiez votre équipe soignante. De plus, si vous apprenez que vous ou votre enfant avez été en contact étroit avec la COVID-19 pendant votre séjour à CHEO, veuillez nous le faire savoir.

### **Respectez nos politiques sur la présence des parents/aidants**

Pendant la saison du rhume et de la grippe, et surtout pendant la COVID-19, CHEO a mis en place des règles spéciales pour empêcher la propagation des infections. Toute exception doit être discutée avec l'équipe soignante ou le/la gestionnaire de l'unité et doit être établie à l'avance.

- Afin de limiter le nombre de personnes dans le bâtiment, UN parent ou aidant sera autorisé à accompagner les enfants et les adolescents pendant leur séjour à CHEO, que ce soit à la clinique, à l'unité chirurgicale de jour ou au service des urgences.
- Consultez [cheo.on.ca/covid-19](https://cheo.on.ca/covid-19) pour vous tenir au courant de notre dernière politique en matière de présence des parents et des aidants. Le nombre d'aidants autorisés au chevet des malades est susceptible de changer pendant la pandémie et il peut arriver que nous ayons à limiter le nombre

d'aidants au chevet des malades à une personne. Seules les personnes qui ont subi un dépistage quotidien seront autorisées à se trouver au chevet des malades.

- Les visiteurs ne sont pas autorisés à se rendre à CHEO pendant cette période. Seuls les frères et sœurs identifiés comme aidants désignés sont autorisés. Nous sommes conscients que cela vous oblige à prendre des dispositions pour la garde de vos enfants, et nous vous sommes très reconnaissants de votre soutien à cet égard.

### Lavez-vous souvent les mains

Lavez-vous les mains avec un désinfectant pour les mains ou du savon et de l'eau pendant 15 secondes :



- à chaque fois que vous entrez dans la chambre de votre enfant ou en sortez
- après avoir éternué, toussé ou été en contact avec du mucus du nez ou de la bouche
- avant et après les repas
- chaque fois que vous revenez à l'unité en provenance des parties communes de CHEO (par exemple, la cuisinette de l'unité, le service d'imagerie médicale si votre enfant doit aller passer une radiographie)
- après avoir utilisé la salle de bain, aidé votre enfant dans la salle de bain ou changé une couche
- avant d'accéder à la cuisinette de l'unité

### Soyez patient(e) en ce qui concerne les déplacements

Comme c'est la période la plus occupée de l'année, nous devons déplacer les patients dans des chambres différentes plus souvent que nous le souhaiterions. Nous savons que cela peut être difficile et nous apprécions grandement votre patience et votre compréhension.

### Gardez l'espace de lit de votre enfant et les parties communes propres

- Limitez le nombre d'objets personnels que vous apportez (c'est plus difficile de nettoyer lorsque la chambre est encombrée).
- Veuillez demander à votre équipe soignante lorsque vous souhaitez utiliser la cuisinette de l'unité ou les douches des parents.
- Ne remettez jamais de la nourriture ou des boissons dans la cuisinette de l'unité après qu'elles aient été dans la chambre de votre enfant ; veuillez ne pas laver la vaisselle dans le lavabo de la chambre de votre enfant (il est réservé au lavage des mains), la vaisselle sale doit être remontée à la maison pour y être lavée.
- Utilisez les lingettes de nettoyage de surface disponibles dans la chambre en fonction des besoins.

**Votre enfant ou votre adolescent est-il en isolement ? Veuillez revoir le document sur l'isolement qui vous a été remis – demandez-en une copie à votre infirmier ou infirmière si vous en avez besoin, ou cherchez l'information sur [cheo.on.ca](http://cheo.on.ca).**

### Pour des rendez-vous en clinique

Si vous avez un rendez-vous dans une clinique, nous avons aussi besoin de votre aide pour éviter la

propagation des infections. Un seul parent ou aidant peut accompagner votre enfant à son rendez-vous à la clinique. Les frères et sœurs ne devraient pas venir aux rendez-vous à la clinique.

### 1. Faites-vous vacciner contre la grippe avant votre visite.

- Les enfants de plus de six mois peuvent se faire vacciner contre la grippe.
- Plus tôt vous vous faites vacciner, mieux ça vaut, mais il n'est jamais trop tard pendant la saison pour vous faire vacciner vous et votre famille.
- Le vaccin antigrippal aide à protéger ceux qui ne peuvent pas être vaccinés, notamment les petits bébés et les enfants malades.



### 2. Avant votre visite, effectuez votre auto-dépistage en ligne

L'outil de dépistage est disponible sur [www.cheo.on.ca/autoevaluation](http://www.cheo.on.ca/autoevaluation) et est facile à remplir le jour de votre rendez-vous. Les familles qui ont effectué leur dépistage en ligne à l'avance ont accès à notre file express et passeront moins de temps dans la zone de dépistage

### 3. Lavez-vous les mains régulièrement

- Utilisez du savon, de l'eau et un désinfectant pour les mains chaque fois que vous le pouvez.
- Lavez-vous les mains avant de manger.
- Évitez de toucher votre bébé ou votre jeune enfant sans vous être d'abord lavé les mains.
- Lavez-vous les mains après avoir touché des surfaces fréquemment touchées, comme les poignées de porte, les rampes, les boutons d'ascenseur, etc.

### 4. Restez à la maison si vous êtes malade ou avez été exposé(e) à la COVID-19

Rester à la maison protège les autres, surtout les jeunes enfants et les bébés pour lesquels la grippe et d'autres infections peuvent être mortelles. Si vous ou votre enfant êtes malade :



- Composez le 613-737-2222 le plus tôt possible pour reporter le rendez-vous de votre enfant.
- Restez à la maison jusqu'à ce que vous n'ayez plus de fièvre sans prendre de médicament contre la fièvre pendant 24 heures et que vous vous sentiez mieux, et jusqu'à la fin d'une période d'auto-isolément selon les directives de Santé publique Ottawa.
- Choisissez judicieusement d'aller ou non au service des urgences. Si vous n'êtes pas sûr(e), consultez le site [cheo.on.ca](http://cheo.on.ca) pour trouver des ressources sur le moment où il faut se rendre au service des urgences ou prendre un rendez-vous pour une consultation virtuelle au service des urgences.