

Informations sur le covid-19 (nouveau coronavirus) en date du 25/03/2020

Centre de référence des syndromes drépanocytaires majeurs, thalassémies et autres pathologies rares du globule rouge et de l'érythropoïèse,

Hôpital Universitaire Necker-Enfants malades

Madame, Monsieur,

Nous aimerions vous fournir des informations concernant le COVID-19. Nous espérons qu'elles répondront à vos interrogations et contribueront à apaiser vos inquiétudes.

Qu'est-ce que le COVID-19 ?

L'infection à COVID-19 est une nouvelle maladie infectieuse qui peut affecter les voies respiratoires. Elle est causée par un virus de la famille des coronavirus, appelé SRAS-CoV-2.

Symptômes du virus

La période d'incubation entre la première exposition et le développement des symptômes est de 2 à 14 jours. Pendant cette période, les personnes peuvent n'avoir aucun symptôme mais transmettre le virus. Les symptômes classiques (mais pas toujours présents) sont :

- Une température supérieure à 37,8 degrés
- Une toux
- Un essoufflement / difficultés à respirer
- Une grosse fatigue
- D'autres symptômes sont possibles : des douleurs musculaires, un mal de gorge, un rhume, une diminution de l'odorat et du goût, de la diarrhée, des vomissements.

Le coronavirus est généralement responsable de formes peu sévères chez l'enfant.

Pour les enfants drépanocytaires, on peut cependant craindre qu'il entraîne des crises vaso-occlusives et des syndromes thoraciques aigus.

En cas de fièvre ou de signes respiratoires (toux et/ou gêne respiratoire, et/ou douleur thoracique), vous devez vous rendre aux urgences de proximité (si possible en prévenant le service des urgences par téléphone) et spécifier que votre enfant est atteint de drépanocytose, de thalassémie, ou d'une autre pathologie des globules rouges.

Comment le virus est-il contracté ?

Il se transmet par des gouttelettes (toux et éternuements) et/ou en touchant des surfaces contaminées par des personnes infectées par le coronavirus. Il est donc recommandé de se tenir au minimum à 1 mètre des

personnes que l'on croise lorsqu'on doit sortir de chez soi, et ne pas se toucher le visage, la bouche, le nez et les yeux sans se laver les mains de manière adéquate au préalable.

Pour l'instant, il n'existe pas de méthode de traitement ni de vaccin approuvé.

Conseils pour la vie de tous les jours

✓ Évitez les contacts :

- Restez le plus possible chez vous, évitez absolument tous les déplacements non essentiels (ex : réunions avec les amis, famille hors du foyer dans lequel vous vivez)
- Regroupez les déplacements essentiels (pharmacie, courses..). Il est important qu'ils soient faits par une seule personne de votre foyer à la fois. N'ayez pas d'inquiétude, les magasins seront réapprovisionnés de façon à ce qu'il n'y ait pas de pénurie.
- Respectez une distance de 1 mètre entre chaque personne.
- Dans la mesure du possible, évitez de prendre les transports en commun.
- En cas de nécessité de déplacement pour des raisons de santé, un seul adulte est autorisé à accompagner son enfant.
- Ne pas faire garder votre enfant par des personnes hors de votre foyer.
- Si vous avez un enfant (<16 ans) à la maison à cause de la fermeture de l'école, et que le télétravail n'est pas possible, cela peut justifier d'un arrêt de travail (pour un seul des 2 parents). Demandez directement à votre employeur qui doit déclarer votre arrêt de travail via la page employeur du site dédié <https://declare.ameli.fr/>

✓ Hygiène :

- Respectez les conseils barrière vis-à-vis de votre entourage et vice versa (cf. schéma ci-dessous) ;
- Lavez-vous les mains pendant 1 minute plusieurs fois par jour et avant/ après chaque sortie à l'extérieur.
- Aérez plusieurs fois par jour, lavez régulièrement les draps.
- Ne partagez pas les affaires de toilette, les couverts.



Traitements du quotidien pour la drépanocytose, la thalassémie ou toute autre pathologie des globules rouges :

Les principaux traitements du quotidien de votre enfant pour la drépanocytose, la thalassémie ou toute autre pathologie des globules rouges ne présentent aucun risque vis-à-vis du coronavirus et doivent être poursuivis normalement.

Cependant, nous vous demandons par prudence de ne pas donner à votre enfant des anti-inflammatoires non stéroïdiens (ibuprofène, Advil®, Nurofen®), même si ces derniers sont habituellement prescrits en cas de douleurs dans le cadre de la drépanocytose. En effet, ces derniers sont potentiellement associés à des formes sévères d'infections respiratoires à coronavirus.

Si vous avez de la fièvre, veuillez arrêter le traitement de la surcharge en fer (Exjade®, Ferriprox®, ou Desferal®) et prévenez votre médecin.

Y a-t'il un risque de transmission par le sang ?

Pour l'instant, il n'y a aucun élément scientifique suggérant que le virus puisse être transmis par des transfusions sanguines. Parallèlement, les dons de sang sont très sécurisés en France.

Consultations :

À ce jour, les téléconsultations se développent pour limiter les venues à l'hôpital. Les consultations en présentiel restent conservées au cas par cas et les bilans annuels sont reportés. Certains examens indispensables seront toutefois maintenus ou reprogrammés dans des délais courts. Notre secrétaire vous appellera pour vous prévenir au préalable.

Les transfusions ou échanges transfusionnels sont systématiquement maintenus, mais pour certains, ils seront un peu espacés pour des raisons organisationnelles.

Si une personne de votre foyer a des symptômes du covid-19 ou a été diagnostiquée positive au covid-19, merci de prévenir l'hôpital si vous avez un rdv dans les 3 semaines.

Comment vivre le confinement avec vos enfants au quotidien ?

- Il est important d'expliquer le plus simplement possible la situation aux enfants. Pour les petits, un livret adapté à leur âge est téléchargeable sur ce site (descendre en bas de la page pour trouver la version française) : www.mindheart.co/descargables
- Maintenir repères horaires de la journée : coucher les enfants à la même heure que d'habitude, mettre un réveil le matin pour garder le rythme scolaire instauré par l'école, avoir un rythme de repas réguliers.
- Faire des pauses jeu à la maison avec quelques exercices d'activité physique, de yoga (cf exercices et planning à suivre envoyé par l'éducation nationale)
- Aérer les appartements en étant attentifs aux plus petits

- Pour les familles ayant un ordinateur, Il existe des sites gratuits divers en complément des activités données par les enseignants :
 - Jeux, films, livres et école en ligne : <https://taleming.com/occuper-enfants-maison-coronavirus/>
 - Site d'assistance scolaire personnalisée : <https://www.assistancescolaire.com/>
 - Plateforme éducation de l'audiovisuel public : <https://www.lumni.fr/>

- Pour les familles ayant la télévision, la chaîne France 4 inaugure des cours du CP à la terminale :
 - 9h à 10h : cours CP et CE1
 - 14h à 15h : cours collégiens
 - 15h à 16h : cours lycéens.

Le ROFSED est bien entendu disponible au 06 61 35 36 88 pour les familles avec lesquelles il est déjà en lien et pour celles qui voudraient l'être.

L'équipe de Necker vous remercie pour votre attention. Ces informations sont susceptibles d'évoluer, nous vous en tiendrons alors informés.