



COVID-19 ET ADDICTIONS

**Beaucoup d'informations circulent sur la
COVID-19. Vraies, fausses ?**

**Les professionnels des CAARUD et CSAPA de
l'Association ABCD ont souhaité réaliser cette
brochure qui apportera informations et
conseils vérifiés* pour votre quotidien.**

**Sources : Fédération Nationale Addiction, Mildéca, Organisation Mondiale de la Santé, CPAM Côte d'Opale*

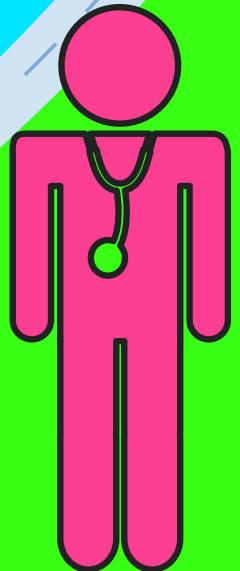
VRAI OU FAUX ?

- 1 - Fumer du tabac ou boire de l'alcool empêche d'être contaminé par la COVID-19.
- 2- La pulvérisation d'alcool ou de chlore (eau de Javel) sur le corps, ou leur ingestion tue le Coronavirus.
- 3- Le gel hydroalcoolique prend feu si on le laisse au soleil dans une voiture.
- 4- L'application StopCovid me géolocalise.
- 5- Il faut porter un masque lorsque je fais de l'exercice.
- 6- La cocaïne constitue un traitement contre la COVID-19.
- 7- On peut continuer à consommer sans risque supplémentaire.



REPONSES

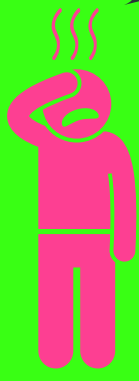
- 1- FAUX : Des experts de la Santé Publique réunis par l'OMS le 29 avril 2020 pour faire un bilan des études ont conclu que les fumeurs risquaient davantage de contracter une forme sévère de la COVID-19 que les non-fumeurs. Boire de l'alcool ne protège pas de la COVID-19.
- 2- FAUX : "La pulvérisation ou l'introduction dans l'organisme de chlore ou d'autres désinfectants ne protège pas contre la COVID-19 et peut même être dangereuse" rappelle l'OMS sur son site.
- 3- FAUX : Le gel hydroalcoolique ne s'enflamme seul qu'à une température de 400°C. Il ne faut surtout pas porter de masque lorsqu'on fait de l'exercice, car cela peut réduire l'aération respiratoire. Pendant l'exercice, la principale mesure de prévention consiste à garder au moins un mètre de distance avec les autres personnes.
- 4- FAUX : L'application StopCovid ne géolocalise pas.
- 5- FAUX : Il ne faut pas porter de masque lorsqu'on fait de l'exercice, car cela peut réduire l'aération respiratoire. Pendant l'exercice, la principale mesure de prévention consiste à garder au moins un mètre de distance avec les autres personnes.
- 6- FAUX. Les consommations restent possibles, mais attention, elles fragilisent votre organisme qui risque de moins bien répondre en cas d'infection à la COVID-19.
- 7- FAUX. On ne peut pas continuer à consommer sans risque supplémentaire.



COVID OU PAS COVID? QUE FAIRE ?



TOUX ET
MAL DE GORGE



FIEVRE



NEZ
QUI COULE



COURBATURES
ET
MAUX DE VENTRE



PERTE DU GOÛT
OU DE L'ODORAT



FATIGUE

Vous présentez un ou plusieurs de ces symptômes

- ▶ Contactez votre médecin
- ▶ Observez les gestes barrières même chez vous pour protéger vos proches
- ▶ Essayez de sortir le moins possible, l'idéal étant de s'isoler pendant sept jours
- ▶ Ne prenez pas d'anti-inflammatoires ni de cortisone (Ibuprofène, Advil, Spifen, etc.), qui peuvent être facteur d'aggravation de l'infection COVID-19

Si vous ressentez une oppression au niveau de la poitrine, des difficultés à respirer, voire une perte d'élocution ou de motricité,

CONTACTEZ IMMEDIATEMENT LES SECOURS EN COMPOSANT LE

15



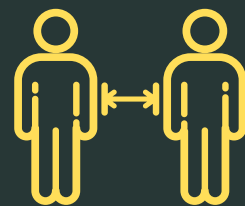
Vous avez été en contact avec une personne positive à la COVID-19

- ▶ Effectuez un test de dépistage SEPT JOURS APRES LE CONTACT
- ▶ Dans l'attente des résultats, redoublez de vigilance concernant les gestes barrières et la distanciation interpersonnelle

LE MIEUX : ÉVITER TOUTE CONTAMINATION

De manière générale, respectez les gestes barrières

- ▶ Lavez-vous fréquemment les mains. Utilisez du savon et de l'eau ou une solution hydroalcoolique.
- ▶ Tenez-vous à distance de toute personne.
- ▶ Portez un masque lorsque vous sortez.
- ▶ Évitez de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche.
- ▶ En cas de toux ou d'éternuement, couvrez-vous le nez et la bouche avec le pli du coude ou avec un mouchoir à usage unique.
- ▶ Restez chez vous si vous ne vous sentez pas bien.



MAIS AUSSI :

- ▶ Changez votre masque papier toutes les 4 heures et lavez vos masques en tissu à 60°C au moins 30 minutes.
- ▶ Ne partagez pas vos cigarettes, cigarettes électroniques, stéricups, filtres, pipes, bangs, seringues, pailles, verres, bouteilles, canettes, ainsi que tout autre matériel.
- ▶ Ne partagez pas les produits que vous consommez.
- ▶ Essayez de réduire vos déplacements et n'hésitez pas à prendre un stock de matériel de Réduction des Risques plus important qu'habituellement dans votre CAARUD.
- ▶ Surveillez et soyez attentif à votre consommation et à l'éventuelle hausse de celle-ci. Il a été observé que la situation sanitaire engendrait chez certaines personnes des consommations plus importantes et parfois massives de produits.

Si vous consommez des opiacés, munissez-vous auprès de votre CAARUD ou de votre CSAPA d'un kit de NALOXONE. La NALOXONE est le seul antidote en cas de surdose (overdose) aux opiacés.

Le professionnel qui vous remettra ce kit de NALOXONE vous expliquera son mode d'utilisation et répondra à vos questions.

SE FAIRE DÉPISTER

Les tests de dépistage sont gratuits en laboratoire et en pharmacie.

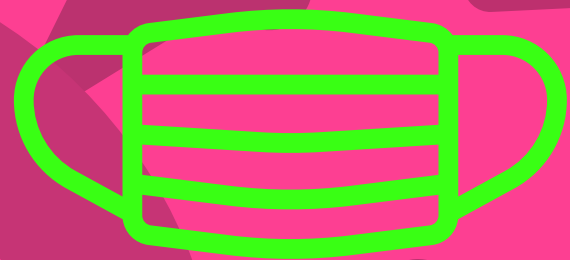
- ▶ **Prenez rendez-vous auprès d'un laboratoire ou d'une pharmacie.**
- ▶ **Présentez-vous avec votre carte vitale ou votre attestation de Sécurité Sociale.**



- ▶ **Si vos droits ne sont pas à jour, ou si vous avez perdu votre carte vitale (ou votre attestation de Sécurité Sociale), vous pourrez quand même vous faire dépister gratuitement en indiquant votre numéro d'assuré social.**
- ▶ **Si vous n'avez aucun droit ouvert au niveau de l'assurance sociale, si vous êtes en situation d'errance, rendez vous à l'hôpital public le plus proche et demandez à bénéficier du dispositif de la Permanence d'Accès aux Soins de Santé (PASS). Vous pourrez obtenir la prise en charge financière de votre dépistage.**

QUOI DE NEUF CONCERNANT LE FONCTIONNEMENT DES CSAPA / CAARUD ?

A ce jour, toutes les structures d'ABCD (CAARUD et CSAPA) poursuivent le fonctionnement spécifique et adapté à la situation sanitaire. Chacune d'entre-elles vous informera au plus vite des évolutions espérées de réouverture "classique".



L'ensemble des professionnels reste vigilant pour répondre à vos demandes et besoins et tente d'adapter ses actions aux difficultés particulières liées à la COVID-19. C'est pourquoi, chaque structure s'est dotée de nouveaux matériels de prévention, mis gratuitement à votre disposition.

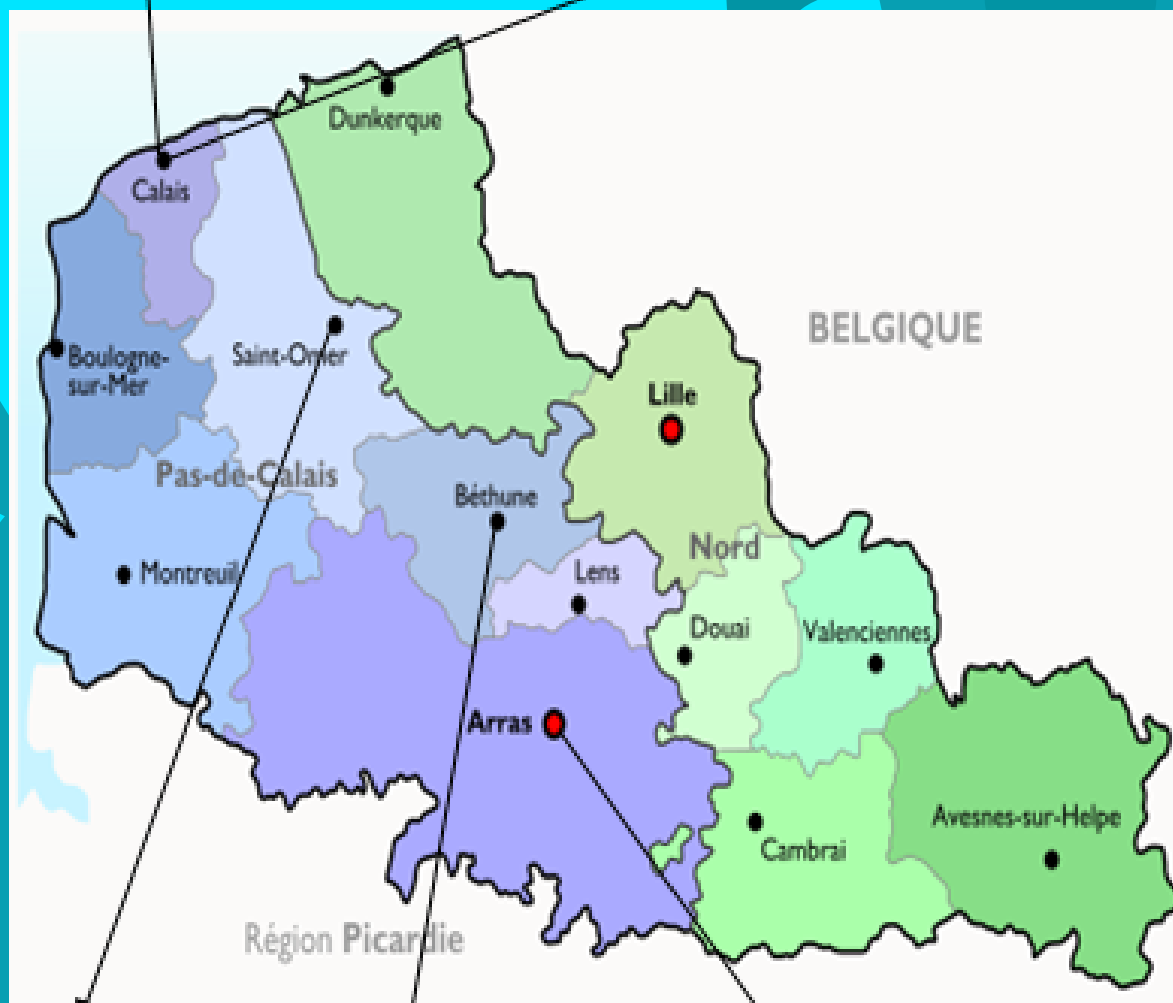
N'hésitez pas à nous demander

- ▶ **DES MASQUES CHIRURGICAUX, PAPIER OU TISSU, ADULTE OU ENFANT**
- ▶ **DES FLACONS DE GEL HYDROALCOOLIQUE**
- ▶ **DES KITS DE NALOXONE**

NOUS CONTACTER, NOUS RENCONTRER

CAARUD PAZAPA
14 rue Félix Cadras
62100 CALAIS
06.6792.53.94

CSAPA L'ENVOL
231 Bd Lafayette
62100 CALAIS
03.21.34.33.99



CSAPA LA PORTE OUVERTE
210 rue de Dunkerque
62500 SAINT-OMER
03.21.98.08.15

CAARUD L'ETAPE
10 rue du 29 Juillet
62000 ARRAS
06.99.96.96.25

CSAPA LA PORTE OUVERTE
200 rue Sadi Carnot
62400 BETHUNE
03.21.56.09.55