Recommandations pour les patients adultes atteints de maladies auto-immunes ou auto-inflammatoires en période épidémique COVID-19

Les recommandations présentées dans cette fiche sont actualisées à la date du vendredi 15 janvier 2021 mais **peuvent être amenées à évoluer**.

Nous vous recommandons de consulter le site dédié du gouvernement : www.gouvernement.fr/info-coronavirus

Suis-je plus fragile face au SARS-CoV-2 (COVID-19) ?

- **Prendre des corticoïdes au long cours par voie orale, vous rend plus fragile vis-à-vis du virus SARS-CoV-2.**

  Les traitements de fond les plus fréquemment utilisés comme le méthotrexate, les anti-TNF, les anti-interleukine-6, ne semblent pas s'accompagner d'un sur-risque d'infection sévère à SARS-CoV-2.

- **D'autres traitements de fond diminuent vos défenses immunitaires et pourraient contribuer à vous rendre plus fragile vis-à-vis du virus SARS-CoV-2 comme :**
  - le rituximab
  - le cyclophosphamide
  - l'azathioprine
  - le mycophénolate mofétil…

- **Toutefois, les facteurs de risque déjà identifiés dans la population générale restent ceux le plus souvent associés à un risque de forme sévère chez les patients atteints de maladies auto-immunes et auto-inflammatoires :**
  - **l'âge au-delà de 65 ans**
  - **l'obésité**
  - **le diabète non équilibré/compliqué**
  - **les antécédents :** d'HTA, d'AVC, de maladie coronaire, d'insuffisance cardiaque, de cirrhose, de pathologie respiratoire, de maladie rénale, de cancer sous traitement.
- **Les femmes enceintes au 3ème trimestre (https://urlz.fr/dGyU).**

Les personnes dites « vulnérables » peuvent obtenir pour 5 semaines, auprès de leur pharmacien sur présentation d'une ordonnance, une boîte de 50 masques chirurgicaux.

Pas d'arrêt intempestif des traitements immunosuppresseurs/immunomodulateurs et biothérapies, **sauf en cas de signes d'infection *(fièvre, toux, difficultés respiratoires, courbatures…)*** et uniquement sur avis médical du médecin référent qui vous suit pour votre pathologie ou de votre médecin de famille.

Pas d'anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS : Ibuprofène et tous les autres), ni de corticoïdes pour traiter un accès fébrile ou infectieux. Prendre du paracétamol.

Pas d'arrêt intempestif des corticoïdes (ni de la colchicine pour les maladies auto-inflammatoires).

Pas d'arrêt intempestif du plaquenil. Il n'a montré aucun intérêt dans le traitement des symptômes de la COVID-19 mais a par contre montré tout son intérêt dans le traitement du lupus notamment.

En cas de symptômes respiratoires nouveaux, consultez votre médecin traitant.

Dans toutes ces situations de fragilité, le télétravail est recommandé, s'il est possible. Dans le cas contraire, consultez votre employeur ou votre médecin du travail pour identifier les modalités de travail les plus adaptées à votre situation (horaires décalés, postes sans exposition au public…). Plus d'infos sur : https://urlz.fr/e5MS.

Si vous partagez votre domicile avec un proche à l'état de santé jugé fragile vous devez strictement respecter les gestes barrières si vous développez des signes d'infection. . Pour toute question concernant votre environnement de travail, nous vous invitons à consulter la rubrique « Retour au travail » sur le site dédié du gouvernement via le lien ci-dessous : https://urlz.fr/e5MS.

Vaccination contre la COVID-19

Plus d'infos sur : https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus/vaccins

- **Début janvier 2021** a débuté la campagne de vaccination contre la COVID-19 avec les vaccins à ARN messagers, apportant un taux très élevé de protection vaccinale.

- **Les personnes actuellement prioritaires** sont les sujets de plus de 75 ans, les personnels de santé de plus de 50 ans ou avec plusieurs comorbidités ou plus jeunes mais avec plusieurs comorbidités, et les patients vulnérables à très haut risque (liste : https://urlz.fr/eHGr).

- **Sont prioritaires pour la filière FAI²R**, les **patients atteints de maladies auto-immunes systémiques rares** (lupus systémique, sclérodermie systémique, sjögren primitif, vascularites, myosites...) :
  - et qui vont recevoir des **corticoïdes** (> à 15mg/j pendant plus de 3 semaines)
  - ou qui vont recevoir des **immunosuppresseurs** et du **rituximab**

  Sont aussi prioritaires :
  - Les patients avec hypertension artérielle pulmonaire
  - Patients avec fibrose pulmonaire associée aux connectivites
  - Myosites avec capacité vitale forcée < à 70%

  Car considérés par le Ministère comme personnes à très haut risque. *(Plus d'informations sur : https://urlz.fr/eHGK)*

  Pour recevoir le vaccin, votre médecin référent doit vous remettre une prescription et vous orienter vers le centre de vaccination dédié aux personnes à très haut risque.

- **Il n'y a pas d'augmentation connue du risque d'effets indésirables de la vaccination chez les patients avec maladies auto-immunes/auto-inflammatoires.** Elle peut même se faire à l'initiation des traitements si votre médecin référent le juge nécessaire.

- **Il n'y a pas lieu à ce jour**, de vacciner systématiquement les patients ayant déjà développé une forme symptomatique de COVID-19. S'il y a des facteurs de risque de formes sévères, la vaccination doit être proposée si le patient le souhaite après discussion avec le médecin. Dans ce cas, il paraît préférable de respecter un délai minimum de 3 mois après le début des symptômes de la COVID-19.

- **Une bonne stratégie pour** protéger les patients immunodéprimés est de vacciner l'entourage pour éviter toute contamination malencontreuse (c'est ce qu'on appelle la vaccination en anneau pour protéger les plus fragiles car aucun vaccin n'est efficace à 100%).

Pour les patients avec maladies auto-immunes/auto-inflammatoires ayant des symptômes qui font penser à la COVID-19 *(toux, fièvre, diarrhées, perte d'odorat ou du goût...)*

- **Isolez-vous** à domicile
- **Si vous êtes sous traitement corticoïdes**, surtout ne l'arrêtez pas
- **Si vous êtes sous immunosuppresseurs/biothérapies/biomédicaments**, arrêtez temporairement votre traitement et prenez contact avec votre médecin spécialiste
- **Contactez** votre médecin traitant
- **Prenez rendez-vous** pour vous faire tester au plus vite (vous êtes prioritaire)
- **Respectez les gestes barrières** vis-à-vis de votre entourage immédiat et portez un masque chirurgical en présence d'autres personnes dans la même pièce pour une période d'au moins 7 jours
- **Surveillez votre température** pendant au moins 7 jours
- **Dans la mesure du possible**, dormez séparément. Les zones communes, salle de bain par exemple, si elles sont partagées doivent répondre à des mesures d'hygiène robustes, nettoyées et désinfectées fréquemment (eau de javel). Ne partagez pas les serviettes et produits d'hygiène
- **Évitez de toucher** les poignées, interrupteurs et surfaces planes, nettoyez et désinfectez fréquemment (eau de javel) pour protéger les personnes qui vous entourent
- **Aérez plusieurs fois par jour** maison / appartement
- **Appelez le 15 uniquement** en cas de symptômes graves, gêne respiratoire ou malaise ou si vous n'arrivez pas à contacter votre médecin traitant
- **Si après 7 jours** il n'y a plus de fièvre l'isolement peut être levé. Dans le cas contraire contactez à nouveau votre médecin traitant (restez isolés jusqu'à 48h après la disparition de la fièvre)
- **La reprise de votre traitement** immunosuppresseur/biologique/biomédicament doit se faire en général 2 à 3 semaines après la fin des symptômes et sur recommandations de votre médecin spécialiste

Pour les personnes fragiles étant contact avec un cas avéré d'infection à SARS-CoV-2

- **Isolement à domicile** 7 jours à la date du dernier contact avec la personne atteinte
- **Prenez immédiatement rendez-vous** pour vous faire tester au 7ème jour car vous êtes prioritaire (dans l'attente du résultat restez isolés). Si vous travaillez, voyez avec votre médecin traitant pour bénéficier d'un arrêt de travail

  Si le test de dépistage est positif : poursuivre l'isolement à domicile 7 jours à partir de la date du prélèvement test

  Si le résultat est négatif : levée de l'isolement mais poursuite des gestes barrières, distanciation physique et port du masque

  Si vous développez des symptômes au cours des 7 jours d'isolement, référez-vous à l'encadré ci-contre

Respectez les gestes barrières

Source : www.gouvernement.fr/info-coronavirus

Portez un masque pour aller dans les lieux publics et lorsque la distanciation n'est pas possible même en famille

Lavez-vous les mains à l'eau et au savon (au moins 1 min), ou à l'aide d'une solution hydro-alcoolique plusieurs fois par jour et après chaque contact, et après les éternuements (à faire au creux du coude) ou mouchages de nez (avec mouchoir à usage unique) et après avoir touché des surfaces qui pourraient avoir été contaminées.

Pour vous moucher, utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le immédiatement.

Évitez de porter vos mains à votre visage sans les avoir au préalable lavées à l'eau et au savon ou à l'aide d'une solution hydro-alcoolique

Aérez régulièrement votre environnement, **au moins 10 minutes 3 fois par jour**.

!

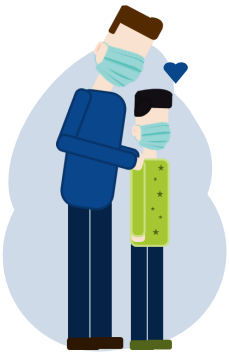
Pour les patients fragiles, il faut diminuer les contacts individuels et familiaux autant que possible en période de circulation active du virus.

Les activités à l'extérieur doivent être privilégiées.

À l'intérieur, le masque est recommandé le plus souvent possible.

Pour les vœux en ce début d'année, les familles vont se retrouver. Même si elles seront en plus petit nombre qu'habituellement, les gestes barrières sont de rigueur. Pas plus de 6 adultes à table et à bonne distance. Je remets mon masque pour discuter.

Ci-contre quelques conseils pour éviter toute contamination lors des retrouvailles



D'après *The New York Times*
https://urlz.fr/eyfE

Placé derrière l'enfant ou câlin à la taille visage éloigné, j'évite d'inhaler l'air et les micro gouttelettes qu'expirent l'enfant. Je n'oublie pas de me repasser les mains au gel hydro-alcoolique ensuite.

Téléchargez l'application

« Soyez alertés et alertez les autres en cas d'exposition à la COVID-19 »

Télécharger dans l'App Store — DISPONIBLE SUR Google Play

Des questions sur le coronavirus ?

www.gouvernement.fr/info-coronavirus ou numéro d'information gratuit 0 800 130 000

filière de santé maladies rares — fai2r