



Centre des Yeux
Ouessou, Rep du Congo

19 Questions sur COVID-19 ! (Français) Vrai ou faux? (Questions et Réponses)

1. La meilleure façon de se protéger contre COVID-19 est de se laver les mains souvent et avec du savon.

C'est vrai. Se laver les mains pendant 20 secondes, avec du savon dans l'eau courante, est le moyen efficace d'arrêter la propagation du nouveau Coronavirus. S'il n'y a pas d'eau courante, la bonne méthode consiste à verser de l'eau pour se rincer les mains, et à jeter l'eau qui est maintenant sale. Se frotter les mains avec un gel hydroalcoolique pendant 20 secondes fonctionne également, mais se laver les mains avec du savon est beaucoup plus efficace.

2. Il est plus facile de s'infecter lorsqu'on se trouve dans un grand groupe de personnes ou près de personnes qui éternuent, toussent ou crachent.

C'est vrai. Le nouveau Coronavirus se propage par des gouttelettes lorsqu'une personne infectée éternue, tousse ou crache en parlant et en riant. Dans un lieu très fréquenté, il est impossible de se tenir à distance des autres personnes. En général, vous êtes en sécurité lorsque vous vous tenez à une distance de 1,5 à 2 mètres d'une autre personne (environ la hauteur d'une porte)

3. Vous pouvez attraper le COVID-19 si vous touchez vos yeux, votre bouche et votre nez avec vos mains.

C'est vrai. En vous nettoyant les mains, vous tuez les virus qui peuvent se trouver sur vos mains et vous évitez l'infection qui peut se produire en vous touchant ensuite les yeux, la bouche et le nez. Vous devez donc vous laver les mains :

- Après vous être mouché, avoir toussé ou éternué
- Après avoir visité un espace public, par exemple les transports publics et les marchés

- Après avoir touché des surfaces en dehors de la maison, y compris de l'argent
- Avant, pendant et après la prise en charge d'une personne malade
- Avant et après le repas
- Après avoir utilisé les toilettes
- Après avoir manipulé des déchets
- Après avoir touché des animaux et des animaux domestiques
- Après avoir changé les couches des bébés ou aidé les enfants à aller aux toilettes
- Si vos mains sont visiblement sales

4. Vous pouvez obtenir COVID-19 si vous avez serré la main d'une personne qui en est atteinte.

C'est vrai. Si la main d'une personne est couverte de virus parce qu'elle a toussé dedans juste avant de vous serrer la main, vous pouvez être infecté. Votre main est maintenant contaminée, et si vous vous frottez les yeux, le nez ou la bouche, vous venez potentiellement de vous infecter vous-même. Les experts de la santé du monde entier recommandent de réduire les contacts physiques inutiles avec d'autres personnes. Par exemple ne serrez pas les mains et ne baisiez sur la joue. Vous pouvez toujours saluer chaque personne chaleureusement et poliment sans la toucher, en vous cognant les coudes, en tapant des pieds, en lui faisant simplement un signe de bonjour.

5. Le nouveau coronavirus peut affecter gravement les personnes âgées et les personnes atteintes de maladies chroniques.

C'est vrai. Des personnes de tous âges peuvent être infectées par le nouveau coronavirus. Les personnes âgées et les personnes souffrant de maladies préexistantes (comme l'asthme, le diabète, les maladies cardiaques) semblent plus susceptibles de tomber gravement malades à cause du virus. Les complications dont elles souffrent peuvent entraîner des maladies graves, voire la mort.

6. Les antibiotiques ne sont pas efficaces pour prévenir et traiter le nouveau coronavirus.

C'est vrai. Les antibiotiques n'agissent pas contre les virus, mais seulement contre les bactéries. Le nouveau coronavirus est un virus et, par conséquent, les antibiotiques ne doivent pas être utilisés comme moyen de prévention ou de traitement.

Toutefois, si vous êtes hospitalisé pour COVID-19, vous pouvez recevoir des antibiotiques car une co-infection bactérienne est possible.

7. Si j'ai le nez qui coule et des crachats, j'ai un rhume, pas la COVID-19.

Faux. Ce sont les symptômes du rhume, mais ils n'excluent pas la présence de COVID-19. Ne paniquez pas, mais respectez les mesures préventives : lavez-vous souvent les mains à l'eau et au savon ; éternuez ou tousssez dans votre coude ou dans un mouchoir en papier que vous jetez ; ne serrez pas la main des autres ou ne mangez pas avec des mains sales ; ne partagez pas les ustensiles, les couverts ou les serviettes ; reposez-vous à la maison si vous ne vous sentez pas bien.

8. Le coronavirus n'infecte pas les enfants. Est-ce vrai ?

Faux. Les enfants ne sont pas immunisés contre le Covid-19 et des centaines de cas d'enfants ont été diagnostiqués avec cette maladie. Cependant, il a été démontré que les enfants présentent des symptômes plus légers.

9. Le sang africain et la peau noire peuvent "résister" au nouveau coronavirus.

Faux. Il n'y a pas de preuve scientifique qui le démontre. Et beaucoup d'Africains sont parmi les personnes infectées. Si quelqu'un présente les symptômes, il doit demander de l'aide à l'hôpital.

10. Si vous portez un masque, alors vous serez protégé à 100% et vous n'aurez pas besoin de vous laver les mains.

Faux. Il est prouvé que le port d'un masque peut potentiellement réduire votre risque d'infection. Toutefois, cela n'est possible que si vous le portez et l'enlevez correctement, si le masque est bien ajusté et s'il est changé régulièrement. Par exemple, on sait que les masques chirurgicaux ne fonctionnent que pendant environ 4 heures parce qu'ils sont trop mouillés par notre respiration. Que vous ayez un masque ou non, vous devez faire toutes les autres choses que vous pouvez faire et qui sont connues pour être efficaces, comme vous laver les mains, rester à la maison, garder vos distances, ne pas toucher votre visage, etc. Si vous n'avez pas accès à des masques, concentrez-vous sur toutes les autres choses que vous pouvez faire et qui sont connues pour être efficaces

11. Manger de l'ail peut prévenir l'infection par le nouveau coronavirus.

Faux. L'ail est un aliment sain qui peut avoir certaines propriétés antimicrobiennes. Cependant, rien dans l'épidémie actuelle ne prouve que la consommation d'ail a protégé les gens contre le nouveau coronavirus.

12. Le coronavirus n'est pas résistant à la chaleur et sera tué par une température de seulement 26-27 degrés Celsius. Il déteste le soleil.

C'est faux. Il n'y a pas de preuve. Il y a des preuves que des virus similaires se transmettent moins bien sous la chaleur, mais de nombreux pays où des cas de Covid-19 ont été signalés connaissent des températures plus élevées que cela.

13. Boire de l'eau chaude est efficace pour tous les virus. Essayez de ne pas boire de liquides contenant de la glace.

Faux. Rien ne prouve que la température des liquides consommés puisse vous protéger des maladies causées par les virus ou les guérir.

14. Un vaccin pour guérir COVID-19 est disponible.

Faux. Il n'existe pas de vaccin pour le nouveau coronavirus à l'heure actuelle. Les scientifiques ont déjà commencé à travailler sur un tel vaccin, mais la mise au point d'un vaccin sûr et efficace chez les êtres humains prendra plusieurs mois, voire plus d'un an. Cependant, les personnes infectées par le virus devraient recevoir des soins appropriés pour soulager et traiter les symptômes.

15. Il n'y a rien que je puisse faire pour aider

Faux. Vous pouvez nous aider des façons suivantes :

- Connaître les symptômes (fièvre, toux sèche et essoufflement) et savoir quoi faire si vous ou quelqu'un que vous connaissez tombez malade
- Prévenir la propagation de la maladie en suivant et en encourageant votre entourage à pratiquer les mesures préventives
- Aider ceux qui ont besoin d'être isolés et mis en quarantaine comme vous le pouvez, par exemple en leur fournissant de la nourriture, de l'eau, du paracétamol
- Ce n'est pas une période facile pour personne, alors pratiquons la gentillesse, la grâce et la compassion les uns envers les autres.

16. Certaines personnes atteintes de coronavirus ne présentent aucun symptôme, mais elles peuvent propager la maladie.

C'est vrai. En règle générale, les personnes infectées commencent à présenter des symptômes dans les cinq jours. Mais dans certains cas, la période d'incubation peut durer jusqu'à deux semaines, voire plus. Il y a donc des personnes infectées par le nouveau Coronavirus mais qui n'ont pas de symptômes ou dont les symptômes sont retardés. Les scientifiques essaient toujours de savoir si beaucoup d'entre elles peuvent propager la maladie. Pour l'instant, si vous avez été en contact avec une personne atteinte de COVID-19 ou si vous avez voyagé dans un endroit où sévit une grave épidémie de coronavirus, vous devez être prudent et suivre nos suggestions : lavez-vous les mains, gardez une distance de 1,5 mètre avec les autres et restez en quarantaine si vous avez des symptômes.

17. Pour la plupart des gens, le risque immédiat de tomber gravement malade à cause de la COVID-19 est faible.

C'est vrai. Mais sachez que les adultes plus âgés et les personnes de tout âge qui ont déjà des problèmes médicaux graves peuvent être plus exposés à des complications plus graves de COVID-19. Si vous tombez malade, vous risquez d'infecter les personnes âgées et les personnes de votre famille souffrant de graves problèmes de santé, vous ne voulez donc pas être infecté du tout.

18. Si vous pouvez retenir votre respiration pendant 10 secondes, vous êtes OK.

Faux. Lorsqu'une personne est atteinte d'une infection virale aiguë, il peut être difficile de prendre une grande respiration et de ne pas tousser parce que les voies respiratoires sont irritées. C'est tout ce que cela signifie. Cela ne dit rien sur la fibrose, même si les personnes atteintes de fibrose peuvent avoir du mal à le faire. Le fait de pouvoir retenir sa respiration pendant 10 secondes ne signifie pas non plus qu'une personne n'a pas de coronavirus.

19. Avoir un coronavirus est une condamnation à mort.

Faux. Il y a beaucoup de choses que nous ne savons pas encore sur la maladie à coronavirus, mais d'après les données qui sortent, pour 20 à 30 % des personnes infectées, elles peuvent devenir gravement malades et certaines d'entre elles peuvent en mourir. Pour 70 à 80 % des personnes infectées, il semble qu'il s'agisse d'un type d'infection virale bénigne. Ce n'est donc pas une condamnation à mort.

References

Exposing fake news reports from:

<https://www.spiegel.de/international/world/deadly-fake-news-battling-virulent-coronavirus-rumors-in-africa-a-56aff54e-29cb-4f79-9839-a8ba0598063f>

<https://www.dw.com/en/fake-news-obstructs-africas-coronavirus-response/a-52869028>

Fact checking from <https://fr.africacheck.org/>

From WHO <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>

<https://www.channelnewsasia.com/news/commentary/covid-19-coronavirus-how-to-greet-handshake-hug-etiquette-tip-12521016>

<https://health.clevelandclinic.org/5-common-covid-19-myths-busted/>

<https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/coronavirus/2019-novel-coronavirus-myth-versus-fact>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/share-facts.html>

<https://7news.com.au/lifestyle/health-wellbeing/busting-the-coronavirus-myths-flooding-social-media-c-750951>

<https://www.abc.net.au/news/2020-03-23/coronavirus-myths-from-around-the-world-busted-by-experts/12054310>

<https://www.businessinsider.com/coronavirus-myths-debunked-wuhan-china-2020-2>

<https://www.dw.com/en/up-to-30-of-coronavirus-cases-asymptomatic/a-52900988>