

Faisant suite aux décisions gouvernementales du 12 mars dernier, concernant l'attitude à avoir face à l'épidémie de COVID-19, la **Filière nationale de santé CARDIOGEN** (www.filiere-cardiogen.fr) souhaite vous transmettre les conseils ci-dessous.

Mise à jour du 10
avril 2020

L'infection par le COVID-19 provoque dans la **majorité** des **cas peu de symptôme**, de type rhume banal, angine, état grippal, courbature, perte de l'odorat, fièvre peu élevée, céphalée, mais peu d'infections respiratoires sévères et de détresse respiratoire aiguë.

En application de l'**état d'urgence sanitaire**, les **déplacements sont interdits** sauf dans certains cas, consulter : www.gouvernement.fr/info-coronavirus, et uniquement à condition d'être munis d'une attestation.

Pour l'immense majorité des patients ayant une maladie cardiaque chronique

Réflexes à adopter et **consignes similaires** à la **population générale** car le risque est peu augmenté en cas d'infection par Coronavirus par rapport à la population générale :

- **Gestes barrières** : se laver très régulièrement les mains, utiliser un mouchoir à usage unique et jetez-le, tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir.
- **Distance sociale** : restez à plus d'un mètre de distance les uns des autres, saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades.

Suivi médical :

- Toute activité programmée non urgente dans le suivi hospitalier est à décaler en concertation avec votre cardiologue (consultation de suivi, hospitalisation de jour ou programmée).
- **Si vous avez un médicament à dispensation hospitalière**, il peut vous être livré auprès de la pharmacie la plus proche de votre domicile : www.urlz.fr/cg0W

Pour la population de patients la plus à risque*

Le suivi tel qu'il est prévu par votre cardiologue référent pourra être modifié selon les recommandations en vigueur au sein de votre établissement de soin. Une **consultation à distance** pourra être proposée = **téléconsultation**.

En cas de **venue en établissement hospitalier** :

- Il est conseillé aux patients de **porter un masque chirurgical** à leur arrivée.
- Il est **indispensable** de **respecter les gestes barrières** au maximum et adopter les réflexes de **distance sociale**.

Il est indispensable d'être attentif aux symptômes :

- En cas de **fièvre, gêne respiratoire**, ou **douleur thoracique** (des cas de myocardite ont été décrits) les personnes fragiles doivent **se signaler au centre 15** pour se faire dépister et ne pas retarder la prise en charge.
- Il est important aussi d'attirer l'attention, de l'entourage pour éviter le contact des sujets malades avec les patients considérés comme fragiles.

* Population des patients cardiaques les plus à risque

- Vous avez plus de 70 ans.
- Vous êtes porteur d'une cardiomyopathie avec insuffisance cardiaque ou dysfonction myocardique.
- Vous êtes diabétique ou avez une hypertension artérielle difficile à équilibrer, une insuffisance rénale chronique dialysée, une maladie pulmonaire chronique, une cirrhose au stade B, une obésité importante (indice de masse corporelle > 40kg/m²), une hypertension artérielle pulmonaire.
- Vous êtes transplantés ou avez une immunodépression (du fait d'une maladie ou d'un traitement).
- Vous êtes en attente d'une chirurgie cardiaque.
- Vous êtes enceintes (au 3ème trimestre de grossesse).

Note d'information sur la possibilité d'arrêt de travail

En l'absence de solution de **télétravail**, le gouvernement ouvre la possibilité de « bénéficier d'un arrêt de travail », comme pour les personnes atteintes par le virus COVID-19 ou pour les parents forcés de rester chez eux pour garder leurs enfants <https://www.ameli.fr/assure/actualites/covid-19-des-arrets-de-travail-simplifies-pour-les-salaries-contraints-de-garder-leurs-enfants>.

Personnes à risque en ALD et les **femmes enceintes doivent s'enregistrer** sur le **téléservice « declare.ameli.fr »** :

- Un arrêt de travail est délivré pour 15 jours par l'assurance maladie si la personne présente les critères requis.
- Le service médical de la caisse peut prendre contact avec la personne pour vérifier sa situation.

Les personnes qui partagent leur domicile avec un proche à l'état de santé jugé fragile peuvent bénéficier d'un arrêt de travail :

- L'arrêt de travail sera délivré par le médecin traitant ou à défaut, par un médecin de ville.
- Il faut pour cela prendre contact avec le médecin, et si cela est possible, par téléconsultation.
- Pour plus d'informations rendez-vous sur www.ameli.fr.

Pour les patients transplantés ou sous traitements immunosuppresseurs

Pas d'arrêt des traitements immunosuppresseurs 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'arrêt intempestif des corticoïdes.

Si vous êtes sous **corticoïdes, immuno-suppresseurs** ou **biothérapies**, vous êtes **plus fragiles** :

- Ne sortez que pour l'essentiel et **limitez les contacts** ;
- Éviter impérativement les contacts rapprochés avec toute personne souffrant de toux et de fièvre.

En cas de symptômes

En cas de **survenue de symptômes** respiratoires, avec fièvre, nez qui coule, toux, douleurs musculaires, diarrhées avec fièvre :

- **Appelez le 15** qui doit assurer la régulation.
- **Prendre du paracétamol**, mais **ne pas initier d'anti-inflammatoires ni de corticoïdes**.

Nota bene: l'**anosmie** (perte d'odorat) isolée d'apparition brutale doit être considérée comme un signe précoce de COVID-19 :

- Elle est souvent associée à une perte de goût.
- Une auto-rééducation olfactive pour améliorer le pronostic de récupération peut être suivie, plus d'information en téléchargeant la fiche Anosmie sur le site de la filière : <http://www.filiere-cardiogen.fr/recommandations-et-informations-covid-19/>

Dans ces situations :

- **Ne pas utiliser les transports en commun ;**
- **Ne pas se rendre directement chez votre médecin traitant, ni aux urgences, ni dans le service** qui assure le suivi habituel de votre maladie auto-immune ou auto-inflammatoire.

Questions / Réponses autour de la prise de médicaments

Que dois-je faire si je suis suivi pour une **insuffisance cardiaque** ou de l'**hypertension**, et traité par **inhibiteurs de l'enzyme de conversion** = médicaments dont le nom se termine par « -pril » ; ou **antagonistes des récepteurs de l'angiotensine II** = médicaments dont le nom se termine par « -sartan » ?

- Il n'y a pas de lien établi entre la prise de ces médicaments et l'infection au coronavirus.
- Ces **médicaments doivent être continués** sauf avis contraire motivé par votre médecin.
- L'arrêt non-motivé de vos médicaments vous place à risque de décompenser votre hypertension ou insuffisance cardiaque, et vous rendre vulnérable.

Recommandation prodiguée par les sociétés scientifiques expertes européennes et internationales. <http://www.sfhta.eu/?p=6670>

Quid des anti-inflammatoires ?

- Eviter **absolument l'automédication par prise d'anti-inflammatoires** (ibuprofène, kétoprofène, nurofène...) ou **corticoïdes** en cas de **symptômes** grippaux, fièvre et toux.
- La prise de ces médicaments chez les patients infectés entraîne une aggravation de leur état de santé.
- **Privilégiez le paracétamol** en respectant strictement la dose conseillée pour un adulte : 1 gramme toutes les 6 heures, ou 1 gramme toutes les 8 heures en cas de pathologie rénale.

Vous êtes traité de manière **chronique** par **anti-inflammatoires** ou **corticoïdes** pour une pathologie auto-immune, inflammatoire, une maladie respiratoire, ou insuffisance surrénalienne :

- Seul votre médecin référent peut prendre la décision de modifier ce traitement.
- Tout arrêt intempestif expose au risque de décompensation.
- En cas de symptômes grippaux, il faut contacter votre médecin référent pour faire le point sur vos traitements et état de santé.

Vous êtes traité par **Kardégic 75 mg** ou **aspirine** en **comprimés 100 mg** pour un antécédent d'infarctus du myocarde, d'accident vasculaire cérébral, des stents coronaires, un pontage cardiaque ou autre pathologie cardiaque ou artérielle :

- Vous devez poursuivre ces traitements (ils n'ont pas d'effet anti-inflammatoire à cette dose).

Quels traitements sont actuellement évalués contre le COVID19 ?

- Les traitements actuellement déployés sont des traitements symptomatiques.
- Il n'y a pas de traitement curatif ayant une efficacité prouvée.
- Des **essais avec des thérapeutiques spécifiques sont en cours** (des **antiviraux**, des **modulateurs de l'immunité** dérivés de la chloroquine, antibiotiques...).

Concernant les dérivés de la **chloroquine** :

- Des résultats préliminaires intéressants ont été observés mais d'autres travaux sont décevants, des essais d'envergure sont en cours.
- A ce jour, ce traitement par dérivés de la chloroquine est en cours d'évaluation et **ne doit en aucun cas conduire à de l'automédication** en raison notamment de possibles effets indésirables cardiaques graves, surtout chez les patients à risque d'allongement du QT.
- La mise éventuelle par le corps médical de patients COVID+ sous traitement avec dérivés de la chloroquine doit se faire en concertation avec le cardiologue du patient, surtout chez **les patients les plus à risque d'effets indésirables cardiaques graves** :
- Patients avec syndrome du QT long, ou bien les patients cardiologiques qui prennent des médicaments pouvant allonger le QT (Sotalex, Cordarone etc...), **ces patients doivent signaler leur pathologie cardiaque aux professionnels de santé les prenant en charge**.
- Pour les **soignants**, un **article de préconisations sur la prise en charge des patients atteints de maladies rythmiques héréditaires et du COVID-19** réalisé par un groupe d'experts européens est en ligne sur le site de la Filière :

<http://www.filiere-cardiogen.fr/recommandations-et-informations-covid-19/>

Soutien psychologique

En cette période éprouvante **pour les soignants** plusieurs cellules d'écoute ont été mises en place :

<https://capcnvsante.wordpress.com/> <https://www.psyformed.com/> <https://affop-covid19-soignants.care/> <http://www.psy-solidaires-covid.org/>

Et pour l'écoute de **tous** : http://www.ff2p.fr/fichiers_site/accueil/accueil.html

Le **Centre National de Ressources Psychologiques de CARDIOGEN** poursuit ses missions auprès des patients atteints de maladies cardiaques héréditaires ou rares, et de leurs familles pendant la période de confinement.

Vous pouvez contacter nos psychologues coordinatrices par mail psy.cardiogen.psl@aphp.fr pour solliciter un rendez-vous téléphonique. Elles vous répondront dans les plus brefs délais.