

COVID19 et Transplantation rénale : Informations de l'équipe du CHU de Marseille

Lettre N°5

L'épidémie de COVID-19 est beaucoup moins présente dans notre région. Le déconfinement approche et nous souhaitons, en cette période, continuer à vous communiquer des informations relatives à votre état de santé.

Les infections COVID-19 chez les greffés suivis à Marseille :

Vous êtes nombreux à nous poser la question de l'impact de l'épidémie sur les greffés suivis à Marseille. Nous avons constaté 13 cas de greffés rénaux infectés (sur notre cohorte de plus de 1600 greffés) ce qui correspond à la moyenne nationale d'environ 1% des greffés actuellement. Le respect du confinement et des mesures barrières par vos soins a sans aucun doute limité la fréquence de l'infection parmi vous.

L'unité COVID-19 du Centre de Néphrologie et Transplantation Rénale a fermé ses portes le 30 avril.

Quelles mesures à adopter pour le déconfinement ?

Le fait d'être greffé et de prendre un traitement anti-rejet vous inclut dans une population à risque de forme grave de COVID. Cela ne veut pas dire que vous avez plus de chance d'attraper la COVID mais que si vous l'attrapez, une infection plus grave que chez une personne sans traitement anti-rejet est à craindre. Il faut donc être particulièrement vigilant et poursuivre vos efforts pour ne pas attraper la maladie lors du déconfinement.

En l'état actuel des réglementations, vos **sorties** seront autorisées dans un périmètre de 100 km, notre région étant classée verte.

Les "mesures barrières" sont encore et toujours à ne surtout pas abandonner:

Se laver les mains régulièrement

Tousser ou éternuer dans son coude

Utiliser des mouchoirs en papier et les jeter immédiatement après l'utilisation, avant de se laver les mains

Saluer sans serrer la main, éviter les embrassades

Respecter une distance de sécurité d'au moins 1 mètre

Le port d'un **masque** chirurgical (type 2 ou 2R) est recommandé lorsque vous sortez ou que vous êtes en contact avec des personnes qui ne vivent pas avec vous. Pour cela, depuis le 05/05/2020, vous pouvez demander à votre médecin traitant ou néphrologue une ordonnance pour 10 masques par semaine, remboursés, du fait de votre immunodépression. Le port d'un masque type FFP2 n'est pas recommandé. **Le masque est utile uniquement s'il est bien utilisé** et nous vous demandons de lire et appliquer attentivement la fiche Masques : les bonnes pratiques (jointe à cette lettre).

Il est toujours déconseillé de porter des gants.

La reprise du travail est à évaluer au cas par cas en fonction de votre profession et des mesures sanitaires prises dans la structure dans laquelle vous travaillez, et évaluées au mieux par le médecin du travail. Dans la période immédiate après déconfinement, nous conseillons à ceux qui le peuvent de poursuivre le télétravail. La reprise de travail n'est pas recommandée si les mesures de distanciation sociale ne sont pas possibles à votre poste. Une autodéclaration d'arrêt de travail est toujours disponible, à compte du 1^{er} mai sur le site <https://declare.ameli.fr/> pour les travailleurs indépendants, professions libérales, professions de santé, gérants salariés d'entreprise et stagiaires de la formation professionnelle. Si vous n'êtes pas dans cette catégorie, vous devez fournir à votre employeur un certificat d'isolement établi par votre médecin traitant ou néphrologue pour pouvoir continuer à bénéficier d'une indemnisation d'arrêt de travail

Est-ce que mes enfants peuvent reprendre le chemin de l'école ?

Les enfants peuvent être porteurs du virus en restant totalement asymptomatiques. On ne peut exclure qu'ils transmettent le virus, même asymptomatiques. Dans la mesure du possible, nous recommandons, étant donné votre statut de personne immunodéprimée, de ne pas renvoyer vos enfants à l'école jusqu'à nouvel ordre. Si cela n'est pas possible, il faut que vous puissiez éviter au maximum les contacts rapprochés avec votre enfant et qu'il se lave lui aussi, très régulièrement les mains, en particulier au retour de l'école.

Que faire en cas de problème médical ?

- Appeler le secrétariat de Néphrologie aux numéros suivants de 8h à 17h durant la semaine: 04.91.38.31.87 - 04.91.38.30.42 - 04.91.38.30.43 en indiquant que vous êtes greffé et le nom de votre néphrologue.
- **En dehors de ces horaires, vous pourrez contacter l'unité des soins intensifs de néphrologie au 04.91.38.30.46 jusqu'au 10 mai inclus. A partir du 11 mai, vous pourrez à nouveau contacter l'unité de transplantation rénale au 04.91.38.30.45**

Nous continuons à vous demander :

De ne pas vous rendre directement aux urgences sans avis du néphrologue, ni dans un service d'hospitalisation, y compris en Néphrologie, pour le moment

Si en cette période vous étiez hospitalisé, quel que soit l'hôpital et le service, nous vous demandons de nous contacter au téléphone, afin qu'un membre de notre équipe puisse collaborer au mieux avec les médecins du service dans lequel vous séjournez.

Que faire pour les consultations programmées ?

Un retour progressif à des consultations présentiels « normales » est en cours au sein du Service.

En cas de consultation présentielle, proposée par votre médecin :

- Il vous est demandé de respecter l'heure de consultation en prévoyant d'arriver au maximum 10 minutes avant l'heure prévue de consultation. Idéalement il faut que vous veniez avec un masque, si vous n'en avez pas, un masque chirurgical vous sera fourni à l'arrivée. Il ne pourra pas y avoir plus de 5 personnes dans la salle d'attente. Il pourra vous être demandé d'attendre dans le hall ou à l'extérieur, le temps qu'une place se libère. La présence d'un accompagnant sera autorisée uniquement par le néphrologue et de manière anticipée.
- Au moment de votre arrivée, de la remise du masque et du lavage des mains, quelques questions vous seront posées et votre température sera mesurée. Si vous avez des symptômes d'infection, après avis de votre néphrologue, il pourra vous être demandé d'aller aux urgences ou à l'IHU à la Timone pour réaliser un dépistage COVID-19 que nous ne réaliserons pas dans le service de néphrologie. Idéalement, si vous avez ces symptômes avant de venir à la consultation, nous vous demandons de consulter votre médecin traitant ou les urgences les plus proches.
- Toutes les mesures hygiéniques et sanitaires sont prises en salle d'attente, dans le bureau des infirmières et des médecins pour éviter une contamination.

L'ensemble de l'équipe médicale et paramédicale reste à votre disposition pour vous aider et répondre à vos questions.

Marseille, le 7 mai 2020.

Masques : les bonnes pratiques

Version du 23.04.2020 |

Un masque mal utilisé peut être dangereux.

Son port n'est utile qu'associé au respect des gestes barrières comme le lavage régulier des mains.

Mettre un masque



Avant de mettre un masque, assurez-vous que vos mains soient propres (lavées avec de l'eau et du savon ou désinfectées avec une solution hydroalcoolique)



Repérez le sens du masque : la partie rigide doit être positionnée vers le haut et le côté coloré vers l'extérieur. Si le masque est unicolore, positionnez le côté où les plis sont orientés vers le haut contre votre bouche



Positionnez correctement le masque : mettez les élastiques sur les oreilles ou nouez les liens, pincez la partie rigide sur le dessus du masque avec les deux mains et abaissez le masque sous le menton

Porter un masque



Une fois le masque positionné, ne le touchez plus et ne l'enlevez plus (dans la mesure du possible)



Ne le retirez pas pour parler



Ne le positionnez pas sous votre menton



Si vous devez le réajuster, lavez-vous les mains avant de toucher le masque et après

Enlever un masque

Momentanément (pour s'hydrater par exemple)	Définitivement
 Avant d'enlever le masque, lavez-vous les mains avec de l'eau ou du savon ou désinfectez-vous les mains avec une solution hydroalcoolique	 Avant d'enlever le masque, lavez-vous les mains avec de l'eau ou du savon ou désinfectez-vous les mains avec une solution hydroalcoolique
 Retirez le masque par une des attaches ou un des élastiques	 Retirez le masque par les attaches
 Au moment de le remettre, lavez-vous les mains, réajustez votre masque	 Jetez votre masque dans la poubelle correspondants
 Lavez-vous une nouvelle fois les mains avec de l'eau ou du savon ou désinfectez-vous les mains avec une solution hydroalcoolique.	 Lavez-vous une nouvelle fois les mains avec de l'eau ou du savon ou désinfectez-vous les mains avec une solution hydroalcoolique.