

*“Intelligence is the ability to adapt to change.”*

*Stephen Hawking (1942-2018)*

Texte n°9 : Coronavirus

### 1. Vue d'ensemble

La maladie à coronavirus (COVID19) est une maladie infectieuse due à un coronavirus qui a été découvert récemment.

La plupart des personnes infectées par le virus responsable de la COVID19 présenteront une maladie respiratoire d'intensité légère à modérée et se rétabliront sans avoir besoin d'un traitement particulier. Les personnes âgées et celles qui ont d'autres problèmes de santé, tels qu'une maladie cardiovasculaire, un diabète, une maladie respiratoire chronique ou un cancer, ont plus de risques de présenter une forme grave.

La meilleure façon d'empêcher et de ralentir la transmission est d'être bien informé à propos du virus de la COVID19, de la manière dont il se propage et de la maladie qu'il provoque. Il est possible de se protéger et de protéger les autres contre l'infection en se lavant les mains fréquemment à l'eau et au savon ou avec une solution hydroalcoolique, et en évitant de se toucher le visage.

Le virus responsable de la COVID19 se propage principalement par l'intermédiaire des gouttelettes de salive ou des sécrétions nasales lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue. Il est donc important d'appliquer également les règles d'hygiène respiratoire (par exemple, en se couvrant la bouche et le nez avec le pli du coude lorsque l'on tousse).

### 2. Prévention

Pour prévenir l'infection et ralentir la transmission de la COVID19, vous devez :

- ✓ Vous laver les mains régulièrement à l'eau et au savon, ou avec une solution hydroalcoolique ;
- ✓ Maintenir une distance d'au moins un mètre entre vous et toute personne qui tousse ou éternue ;
- ✓ Éviter de vous toucher le visage ;
- ✓ Vous couvrir la bouche et le nez lorsque vous toussiez ou éternuez ;
- ✓ Rester chez vous si vous ne vous sentez pas bien ;
- ✓ Vous abstenir de fumer et, de manière générale, renoncer aux activités qui fatiguent les poumons ;
- ✓ Respecter les règles de distanciation physique en évitant les voyages non indispensables et en restant à l'écart des grands rassemblements.

### 3. Symptômes

La COVID19 affecte les gens de différentes façons. La plupart des personnes infectées développeront une forme légère à modérée de la maladie et se rétabliront sans avoir besoin d'être hospitalisées.

#### Symptômes les plus courants :

- ✓ Fièvre ;
- ✓ Toux sèche ;
- ✓ Fatigue.

#### Symptômes moins courants :

- ✓ Courbatures et douleurs ;
- ✓ Maux de gorge ;
- ✓ Diarrhée ;
- ✓ Conjonctivite ;
- ✓ Maux de tête ;
- ✓ Perte du goût ou de l'odorat ;
- ✓ Éruption cutanée ou décoloration des doigts ou des orteils.

#### Symptômes graves :

- ✓ Difficultés respiratoires ou essoufflement ;
- ✓ Douleurs ou sensation d'oppression dans la poitrine ;
- ✓ Perte de la parole ou difficultés à se déplacer.

Vous devez consulter immédiatement un médecin si vous présentez des symptômes graves. Téléphonez toujours avant de vous rendre chez votre médecin ou dans un établissement de soins.

Les personnes qui présentent des symptômes légers et sont par ailleurs en bonne santé doivent se soigner en restant chez elles.

En moyenne, il faut 5 à 6 jours pour qu'une personne infectée par le virus manifeste des symptômes. Cela peut toutefois aller jusqu'à 14 jours.

**Source : Organisation Mondiale de la Santé, OMS.**

المصدر: منظمة الصحة العالمية

**Source: World Health Organization, WHO.**

Terminologie

مصطلحات

Terminology

N°	Français	Arabe	Anglais
1	Coronavirus	فيروس كورونا	Coronavirus
2	Virus	فيروس	Virus
3	Traitement	علاج	treatment
4	Diabète	داء السكري	diabetes
5	Cancer	السرطان	Cancer
6	Transmission	انتقال	Transmission
7	Propagation	انتشار	Spread
8	Infectieuse	معدية	Infectious
9	Symptômes	أعراض	Symptoms
10	Fièvre	الحمى	Fever
11	Toux sèche	السعال	Cough
12	Fatigue	التعب	Tiredness
13	Courbatures et douleurs	الأوجاع والآلام	Aches and pains
14	Maux de gorge	التهاب الحلق	Sore throat
15	Diarrhée	الإسهال	Diarrhoea
16	Conjonctivite	التهاب الملتحمة	Conjunctivitis
17	Maux de tête	الصداع	Headache
18	Prévention	الوقاية	Prevention

N°	Français	Arabe	Anglais
1	Maladie infectieuse	مرض معدٍ	Infectious disease
3	Maladie cardiovasculaire	أمراض القلب والأوعية الدموية	Cardiovascular disease
4	Maladie respiratoire chronique	الأمراض التنفسية المزمنة	Chronic respiratory disease
5	Sécrétions nasales	إفرازات أنفية	Nasal secretions
6	Perte du goût ou de l'odorat	فقدان حاسة الذوق أو الشم	Loss of taste or smell
7	Éruption cutanée	ظهور طفح جلدي	A rash on skin
8	Décoloration des doigts ou des orteils	تغير لون أصابع اليدين أو القدمين	Discolouration of fingers or toes
9	Difficultés respiratoires ou essoufflement	صعوبة التنفس أو ضيق النفس	Difficulty breathing or shortness of breath
10	Perte de la parole ou difficultés à se déplacer	فقدان القدرة على الكلام أو الحركة	Loss of speech or mobility