

## Recommandations à propos du COVID-19 pour les personnes atteintes de SEP

Actuellement, il n'existe pas de données sur la façon dont COVID-19 affecte les personnes atteintes de sclérose en plaques (SEP).

Les personnes présentant une atteinte pulmonaire, cardiaque, ou ayant un diabète et celles âgées de plus de 70 ans sont plus susceptibles de souffrir de complications et de tomber gravement malades avec le virus COVID-19. Ce groupe comprendra des personnes atteintes de SEP, en particulier celles présentant des complications de santé supplémentaires.

Les conseils ci-dessous ont été rédigés par les neurologues du CMS et du CIRMA de la Fondation ARSEP, les CRC-SEP et la SF-SEP.

Ces conseils seront mis à jour régulièrement en fonction de l'évolution des connaissances.

**RECOMMANDATIONS NATIONALES** : il est recommandé à toutes les personnes souffrant de maladie chronique (donc la SEP) ou en situation de handicap de rester à leur domicile. Nous vous encourageons à respecter cette recommandation.

### Consignes générales pour limiter les risques de contagion par le virus COVID - 19 (Coronavirus) chez les personnes atteintes de SEP

- Se laver régulièrement et soigneusement les mains avec de l'eau et du savon et/ou du gel hydro alcoolique (en pharmacie)
- Évitez de toucher vos yeux, votre nez et votre bouche à moins que vos mains ne soient propres
- Éviter de serrer les mains ou de « faire la bise »
- Éviter les endroits clos avec du monde : reporter les réunions non indispensables
- Éviter autant que possible d'utiliser les transports en commun et notamment aux heures de pointe
- Porter un masque chirurgical si vous toussiez ou en présence d'une personne qui tousse
- Utiliser des mouchoirs jetables à usage unique
- Tousser et éternuer en vous couvrant la bouche avec un tissu ou dans votre coude. Laver régulièrement vos vêtements
- Essayez de garder une distance d'au moins 1 mètre entre vous et les autres, en particulier ceux qui toussent et éternuent
- Pratiquez la sécurité alimentaire en utilisant différentes planches à découper pour la viande crue et les aliments cuits et lavez-vous les mains entre chaque manipulation
- Dans la mesure du possible, utilisez des alternatives aux rendez-vous médicaux et de prise en charge de routine en face à face (remplacer par exemple par des rendez-vous téléphoniques).
- En cas de fièvre, d'un rhume ou d'une toux contactez le 15

Les soignants et les membres de la famille qui vivent avec une personne atteinte de SEP ou qui lui rendent régulièrement visite devraient également suivre ces recommandations afin de réduire les risques d'infection au COVID-19.

### **Conseils concernant les traitements de fond de la SEP**

Les recommandations sont les suivantes :

- Ne pas arrêter les traitements de fond de la SEP. L'arrêt du traitement peut exposer à une réactivation de la maladie, qui peut se manifester par la survenue de poussées.
- Les personnes qui développent des symptômes de COVID-19 (toux, éternuement, difficultés respiratoires) ou dont le test est positif pour l'infection doivent prendre conseil auprès de leur neurologue concernant les mesures à appliquer.
- Avant de commencer tout nouveau traitement de fond, les personnes atteintes de SEP doivent discuter avec leur neurologue du traitement le plus adapté à leur situation en fonction de leur maladie et du risque du COVID-19.
- Concernant les traitements par perfusions : la prise de ces traitements peut éventuellement être décalée mais ceci doit impérativement être discuté au cas par cas avec le neurologue.

### **Conseils pour les enfants ou les femmes enceintes atteintes de SEP**

Pour le moment, il n'existe aucun conseil spécifique pour les femmes enceintes atteintes de SEP ou pour les enfants atteints de SEP.

Les uns comme les autres doivent suivre les conseils ci-dessus.

### **Conseils concernant le travail**

**A noter** : Les neurologues ne peuvent pas rédiger un arrêt de travail sans avoir vu le patient. En revanche, ils peuvent rédiger un certificat attestant que la personne est atteinte d'une maladie chronique (sans préciser la nature de la maladie). Ce certificat sera remis au patient à sa demande.

Aucune recommandation n'interdit à une personne atteinte de SEP de continuer à travailler.

Les consignes à respecter sont :

- Favoriser le télétravail
- Respecter les consignes générales.

*Recommandations établies au 17 mars 2020*