



# Coronavirus et rhumatismes inflammatoires :

## Conseils – décembre 2020

### Comment pouvons-nous mieux nous protéger contre la propagation des infections des voies respiratoires ?

Dans le cas des infections des voies respiratoires, le virus est transmis par la salive et les particules de mucus qui se propagent lors de la toux ou des éternuements. Le virus peut contaminer toute personne qui inhale ces gouttelettes ou les introduit par les mains dans sa bouche, son nez ou ses yeux. Il n'y a aucune preuve que la contamination se fasse par la peau. Dans des conditions idéales, le coronavirus survit en moyenne environ trois heures sur des surfaces et des matériaux lisses (comme les poignées de porte, les rampes, les tables, etc.). Le virus ne survit pas bien sur du matériel absorbant (tel que le carton, le papier, le textile...). Le virus est très sensible au dessèchement, à la chaleur et à la lumière du soleil. Voici une photo de la propagation des particules lorsque quelqu'un tousse ou éternue.



- Couvrez donc votre bouche et votre nez lorsque vous toussiez ou éternuez, avec votre coude
- Lavez-vous les mains régulièrement avec du savon (40-60 secondes) ou désinfectez-les avec des solutions hydro-alcooliques.
- Évitez les contacts étroits avec d'autres personnes : ne vous donnez pas la main ou de baiser et ne vous serrez pas dans les bras
- Faites attention aux groupes à risque. Il s'agit des personnes de plus de 65 ans, des personnes diabétiques, des personnes souffrant de maladies cardiaques, pulmonaires ou rénales, des personnes dont le système immunitaire est affaibli
- Les contacts entre les enfants et les personnes âgées ne sont pas recommandés. Les enfants ne tombent pas gravement malades à cause du coronavirus, mais peuvent le propager facilement.
- Gardez une distance suffisante (1,5 mètre) lorsque vous êtes à l'extérieur.
- Portez un masque buccal dans les transports publics et dans les lieux publics très fréquentés.

## Le virus Corona provoque-t-il une infection grave ?

- L'évolution d'une infection par le virus Corona est souvent similaire à celle d'une grippe classique. Cela signifie que la plupart des personnes qui contractent une telle infection font de la fièvre et toussent pendant quelques jours, puis se rétablissent spontanément.
- Certains la traversent aussi sans symptômes.
- Si les symptômes suivants persistent et ont tendance à empirer : une fièvre supérieure à 38°, une grande fatigue, une toux sèche, un essoufflement, des douleurs musculaires, perte du goût/ et ou de l'odorat, nez bouché, mal de gorge, diarrhée contactez votre médecin traitant par téléphone.
- Dans des cas graves (environ 5 % des patients infectés par le virus), le coronavirus provoque une pneumonie avec parfois un besoin d'une aide respiratoire en soins intensifs.
- Selon les chiffres connus aujourd'hui, les enfants ne propageront pas le virus rapidement. Les symptômes chez les enfants sont également assez limités.

## Les médicaments contre les rhumatismes doivent-ils être interrompus à titre préventif ?

Il n'est pas recommandé aux personnes qui ne présentent aucun signe d'infection active d'arrêter de prendre des médicaments contre les rhumatismes à titre préventif. Il est préférable de bien contrôler les rhumatismes car le système immunitaire ne fonctionne pas de manière optimale en cas de poussée active du rhumatisme.

## Les médicaments contre les rhumatismes doivent-ils être interrompus en cas de symptômes d'infection ?

Chez les personnes qui présentent des signes d'infection (fièvre, éternuements, toux, essoufflement), il est recommandé d'interrompre le traitement par :

- Les DMARDs synthétiques classiques (csDMARDs) (\*),
- Les DMARDs biologiques (bDMARDs, "biologiques") (\*1),
- Les DMARDs synthétiques ciblés (tsDMARDs tels que les inhibiteurs de JAK par exemple) (\*2).

Dans tous les cas, une discussion préalable avec le rhumatologue s'impose avant l'arrêt de tout traitement.

Les corticostéroïdes (Medrol, Prednisolone) doivent être maintenus. Il peut être dangereux d'arrêter abruptement ce médicament.

(\*) Les traitements de base (csDMARDs) sont :

- Ledertrexate® (méthotrexate)
- Salazopyrine® (sulfasalazine)
- Arava® (léflunomide)
- Endoxan® (cyclophosphamide)
- Imuran® (azathioprine)
- CellCept® (mycophénolate mofetil)
- Tacrolimus

(\*1) Les traitements biologiques (bDMARDs) sont :

- Humira®, Amgevita®, Idacio®, Hulio®, Imraldi®, Hyrimoz® (adalimumab)
- Enbrel®, Benepali® (etanercept)
- Cimzia® (certolizumab)
- Simponi® (golimumab)
- RoActemra® (tocilizumab)
- Kevzara® (sarilumab)
- Taltz® (ixekizumab)
- Stelara® (ustekinumab)
- Orencia® (abatacept)
- Remicade®, Remsima®, Flixabi® (infliximab)
- Cosentyx® (secukinumab)
- Mabthera® (rituximab)
- Benlysta® (Belimumab)

(\*2) Les traitements synthétiques ciblés (tsDMARDs) sont :

- Olumiant® (baricitinib)
- Xeljanz® (tofacitinib)
- Otezla® (aprelimast)
- Rinvoq® (Upadacitinib)
- Jyseleca® (Filgotinib)

Le traitement au Plaquenil® (hydroxychloroquine) ne doit pas être interrompu.

A l'attention des rhumatologues prescripteurs : si vous prescrivez le Plaquenil® dans le cadre d'un patient souffrant d'une maladie rhumatismale, veuillez le mentionner sur la prescription. Dans ce cas, la prescription est prioritaire.

La thalidomide ne doit pas être interrompue non plus.

**En cas de symptômes d'infection tels que fièvre ou douleurs musculaires, un traitement au paracétamol est préférable à un traitement aux Anti-Inflammatoires (AINS).**

Si vous prenez des AINS pour votre maladie rhumatismale, vous pouvez continuer à les prendre.

En cas de symptômes d'infection virale, il est conseillé de les interrompre, sauf s'ils sont nécessaires pour contrôler suffisamment l'état rhumatismal.

Les anti-inflammatoires couramment utilisés sont par exemple : Ibuprofen / Brufen / Nurofen ; Diclofenac / Voltaren ; Meloxicam / Mobic ; Piroxicam / Feldene / Brexine.

### **Conseils supplémentaires en cas de suspicion d'infection**

- Restez à l'écart des autres personnes ou portez un masque pour éviter la contamination des autres (en particulier les personnes âgées et les personnes à risque).
- Garder une distance suffisante avec les autres personnes
- Aérer régulièrement la maison
- Lavez-vous les mains régulièrement et surtout après avoir toussé / éternué / reniflé
- Ne pas partager d'objets avec d'autres (verres, couverts, ...)
- Utiliser un produit de nettoyage désinfectant pour nettoyer les surfaces
- Porter un masque buccal

### **N'allez pas au travail si vous vous sentez malade**

Les personnes qui se sentent malades doivent rester à la maison pour réduire le risque de contamination des autres. Contactez votre médecin de famille par téléphone (ne vous rendez pas dans la salle d'attente ou aux urgences) pour obtenir un certificat. S'il y a des indications qu'il pourrait s'agir d'une infection Corona, le médecin indiquera les mesures à prendre et confirmera si vous pouvez rester en convalescence à la maison ou si vous devez aller à l'hôpital

### **Les personnes non malades dont l'immunité est réduite sont-elles autorisées à travailler ?**

Les traitements prescrits en rhumatologie sont pour la plupart des immunomodulateurs et ne suppriment pas l'immunité de façon significative.

Actuellement, il n'existe pas de recommandation systématique pour les personnes dont l'immunité est affaiblie (quelle que soit la cause de l'immunodépression) de rester chez elles à titre préventif. Le travail à domicile est encouragé autant que possible. Sur le lieu de travail, les mesures générales d'hygiène doivent être respectées aussi strictement que possible.

Toutefois, l'employeur peut prendre des mesures spéciales pour le personnel appartenant à des groupes à risque (par exemple, un trouble chronique, une immunité réduite). Par exemple, des adaptations de poste peuvent être convenues en concertation avec l'employeur afin de réduire le risque de contact avec les patients présentant le coronavirus. Si l'employeur le demande, le médecin traitant peut établir un certificat à cet effet.

## Un vaccin contre le virus Corona ?

Actuellement, plus de 200 études différentes sont en cours pour trouver un vaccin contre la COVID-19. Certains de ces vaccins en sont déjà à un stade plus avancé et semblent pour l'instant très prometteurs.

## Restez au courant

Personne ne peut prédire pour l'instant comment la vague d'infection Corona va évoluer. Suivez les recommandations publiées et mises à jour sur le site [www.belgium.be](http://www.belgium.be) ou [www.info-coronavirus.be/fr](http://www.info-coronavirus.be/fr).

Des informations destinées aux personnes souffrant de rhumatismes sont également disponibles sur les sites [www.clair.be](http://www.clair.be), [www.reumanet.be](http://www.reumanet.be) ou [www.r-humatismes.be](http://www.r-humatismes.be).

## Pourquoi des mesures aussi drastiques ?

Nous voulons stabiliser l'épidémie afin de protéger l'ensemble de la population et offrir à chacun les soins appropriés au bon moment.