

COVID-19

Comment protéger vos proches lors des visites en EHPAD ?

Janvier 2021

Un de vos proches réside en EHPAD et vous souhaitez continuer à le voir en toute sécurité. Ce document vous indique les conditions dans lesquelles les visites sont possibles pour maintenir des liens qui sont essentiels, tout en protégeant au mieux vos proches de la Covid-19. Dans ce but, le dialogue avec les équipes de l'établissement est important.

Les visites sont autorisées

Les visites en établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) sont actuellement autorisées selon une organisation définie collectivement par l'établissement, en lien avec les représentants des résidents et des familles : déroulement, durée, période, nombre de visiteurs, etc. En cas de survenue de cas de Covid-19, elles peuvent être suspendues temporairement dans tout ou partie de l'établissement.

Cette organisation s'appuie sur les consignes établies par l'État. Elle peut être revue à tout moment pour tenir compte du contexte et de l'évolution de la situation. L'établissement doit en informer les résidents et les familles.

Il est impératif pour les résidents, les professionnels et les visiteurs de les respecter pour éviter au maximum la suspension des visites qui a été parfois lourde de conséquences lors du premier confinement.

Protéger au mieux vos proches

Face à la Covid-19, les personnes âgées cumulent des fragilités, tant sur le plan physique que psychologique. Les personnes de plus de 80 ans sont les plus durement touchées par les formes graves de la maladie.

La Covid-19 est très contagieuse et peut se propager très rapidement dans les lieux de vie collectifs. Elle se transmet par projection de postillons, toux, éternuements, par contact direct physique (serrement de mains, accolades, embrassades, etc.), par contact indirect via des objets ou surfaces contaminées (livres, poignées de portes, etc.), par l'air surtout dans un espace confiné.

Quel est votre rôle ?

En rendant visite à vos proches, vous contribuez à maintenir les liens et à préserver leur bien-être : c'est très important.

Respecter les consignes et les gestes barrières peut parfois sembler difficile, mais c'est indispensable pour éviter la contagion. Cela permet de protéger votre proche, mais aussi les autres résidents, les professionnels et vous-même.

Quelles mesures respecter ?

Avant votre visite en EHPAD, il est primordial de :

- en accord avec votre proche, prendre rendez-vous auprès de l'EHPAD pour programmer votre visite ;
- vous renseigner sur les conditions de visite spécifiques à l'établissement.

Un test de dépistage ne peut pas être exigé pour les visiteurs en EHPAD.

Si vous ne présentez pas de symptômes, un test effectué à titre individuel présente peu d'intérêt. Il peut être faussement négatif et vous rassurer à tort : vous ne devrez en aucun cas renoncer aux gestes barrières lors de votre visite. Toutefois, les tests sont recommandés dans le cadre d'un dépistage ciblé pour un groupe de personnes, afin d'identifier d'éventuels cas groupés au sein d'un établissement. Ainsi, ils pourront être proposés par exemple aux professionnels de l'EHPAD et aux résidents.

Si vous présentez des signes de maladie, tels que fièvre, toux sèche, fatigue, etc. ou si vous avez été récemment en contact avec une personne contaminée par le virus SARS-Cov-2, reportez votre visite que vous ayez fait ou non un test. Consultez votre médecin qui pourra vous expliquer à partir de quand vous pourrez revenir rendre visite à votre proche.

Quand vous arrivez à l'EHPAD, vous accédez à un espace de vie commun, il est primordial de :

- respecter les règles mises en place par l'établissement ;
- privilégier dans la mesure du possible des vêtements dédiés à cette visite ;
- vous désinfecter les mains avec une solution hydroalcoolique ;
- mettre un masque (nez et bouche couverts) ; le masque chirurgical est recommandé ;
- renseigner le registre mis en place à l'entrée de l'établissement, remplir l'auto-questionnaire visant à évaluer les risques d'une transmission de Covid-19 et signer la charte d'engagement au respect des gestes barrières et au port du masque ;
- vous installer dans les espaces dédiés aux visites. Les visites en chambre peuvent être autorisées par la direction dans certains cas : résidents ne pouvant pas se déplacer, proches aidants indispensables pour accomplir certains actes de la vie quotidienne, situations de fin de vie.

Lorsque vous êtes avec votre proche, il est primordial de :

- vous désinfecter à nouveau les mains avec une solution hydroalcoolique ;
- respecter la distance minimum d'un mètre ;
- garder votre masque (nez et bouche couverts) durant toute la visite. Ne le retirer sous aucun prétexte.

Votre proche ne vous entend pas bien ? Assurez-vous du port de ses prothèses auditives ; parlez-lui plus fort sans durcir votre ton et sans retirer votre masque.

Votre proche veut vous embrasser, vous toucher, etc. ? Expliquez-lui que, pour le protéger, vous ne pouvez pas. Vous pouvez mimer tous les gestes d'affection et de tendresse. Même avec un masque chirurgical, un sourire peut se lire sur votre visage. Si votre proche rencontre des difficultés importantes de communication, il existe également des masques transparents ; veillez dans ce cas à choisir un masque homologué par l'AFNOR, la DGA ou tout autre organisme habilité à cet effet.

Le dialogue avec l'équipe de l'EHPAD est essentiel

Les professionnels qui vous accueillent ou s'occupent de votre proche se sont organisés pour vous aider. Ils peuvent répondre à vos interrogations et inquiétudes. N'hésitez pas à leur demander des explications sur les mesures de protection mises en place et sur les moyens proposés par l'établissement pour maintenir les liens même à distance avec votre proche (tablette, téléphone, etc.). Ils sauront vous accompagner dans les moments les plus difficiles, notamment si votre proche est en fin de vie.

Vous pouvez également vous adresser à l'équipe d'encadrement (directeur-trice, cadre de santé, médecin coordinateur, etc.) ou prendre contact avec les membres du conseil de la vie sociale, dont la liste est disponible dans l'établissement.

Votre coopération est indispensable pour éviter la contamination de votre proche comme celle des autres résidents, mais aussi pour maintenir les liens essentiels au bien-être de votre proche.

i Qui contacter ?

Si vous avez des questions au sujet de l'état de santé de votre proche, adressez-vous à son médecin ou à l'équipe soignante.

Contact(s) utile(s) au sein de l'établissement :

i Pour aller plus loin

Les informations de la HAS

- Tous les travaux de la HAS sur la Covid-19
https://www.has-sante.fr/jcms/p_3165982/fr/coronavirus-covid-19

Le soutien des associations d'usagers

- Des lignes d'écoute spécifiques par maladie chronique : France Assos Santé (<https://www.france-assos-sante.org/actualite/lignes-decoute>) ou par situation de handicap (<https://solidaires-handicaps.fr/besoinaide/objectif/ecoute-soutien>)

Les informations du ministère et autres acteurs publics

- Le site public d'information en santé
<https://sante.fr>
- Des conseils personnalisés pour agir contre le virus
<https://mesconseilscovid.sante.gouv.fr/#introduction>
- Une ligne d'écoute : numéro vert national Covid-19 24h/24 et 7j/7, 0 800 130 000
- Le portail national d'information pour les personnes âgées et leurs proches
<https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr>

Le questionnaire du Conseil national Professionnel de Gériatrie

- Auto-questionnaire de santé dans le cadre de l'épidémie Covid-19
<https://www.preventioninfection.fr/document/14-11-auto-questionnaire-de-sante-dans-le-cadre-de-lepidemie-covid-19-visiteurs-ehpad/>

Documents de référence

- Coronavirus (COVID-19). Renforcement des consignes relatives aux visites et aux mesures de protection dans les établissements médico-sociaux accueillant des personnes âgées et les USLD. Ministère des Solidarités et de la Santé. 20 novembre 2020.
https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/consignes_ehpad_reforcees.pdf
- 10 repères pour protéger les aînés sans les isoler. Ministère des Solidarités et de la Santé. 30 octobre 2020.
https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/10_reperes_pour_proteger_les_aines_sans_les_isoler.pdf
- Plan de lutte contre l'épidémie de COVID-19 dans les établissements médico-sociaux hébergeant des personnes à risque de forme grave de COVID-19. Ministère des Solidarités et de la Santé. 1^{er} octobre 2020.
https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/plan_de_lutte_contre_le_covid_covid_esms.pdf

Ce document a été élaboré par la HAS et relu par des professionnels et associations de patients & d'usagers concernés par le sujet. Il a été rédigé selon les consignes en vigueur et les connaissances disponibles à la date de sa publication qui sont susceptibles d'évoluer en fonction de nouvelles données. Il a été actualisé le 4 janvier 2021.

Toutes nos publications sont téléchargeables sur www.has-sante.fr