

**FICHE D'INFORMATION POUR L'APTITUDE MEDICALE
DANS LE CADRE DE LA POURSUITE OU DE LA REPRISE DES ACTIVITES HYPERBARES
EN CONTEXTE D'EPIDEMIE COVID19**

(V2 du 18/05/2020)

Dans ce contexte épidémique, si vous poursuivez ou reprenez vos activités professionnelles en milieu hyperbare, nous vous proposons, **pour votre sécurité**, de satisfaire aux recommandations émises par l'Association Internationale des Centres Hyperbares Francophones (ICHF) et validées par la Société de Médecine et de Physiologie Subaquatiques et Hyperbares de Langue Française (Medsubhyp). Ce texte est le résultat d'un travail collégial produit par plus de 70 médecins hyperbares, 25 centres hyperbares et 5 sociétés savantes internationales

Ces recommandations vous permettent d'adapter votre pratique pour anticiper d'éventuels risques de **contamination de votre entourage professionnel** et/ou pour prévenir une **décompensation cardio-pulmonaire en hyperbarie consécutive à des lésions pulmonaires**, que vous ayez présenté ou pas des signes en faveur d'une infection au COVID19.

Ces recommandations tiennent compte des incertitudes scientifiques et seront réactualisées en fonction de l'évolution de la pandémie, de la disponibilité éventuelle des tests sérologiques, de l'accessibilité aux professionnels de santé et aux explorations fonctionnelles et radiologiques, de l'évolution des données scientifiques et des retours d'expériences.

En pratique, en tant qu'intervenant professionnel en milieu hyperbare, vous allez être associé à l'une des **4 catégories** en fonction de votre statut infectieux. Cette catégorisation va vous permettre de définir la conduite à tenir et les conditions de reprise ou de pratique.

1^{ère} CATEGORIE : « NON SUSPECT »

Définition : Vous n'êtes pas cas contact¹ et/ou n'avez pas présenté de symptômes compatibles avec une infection au COVID19.

CAT : Il vous est conseillé de remplir l'**auto-questionnaire médical n°1 destiné au dépistage des cas suspects ou symptomatiques** (annexe 1). Il est composé de deux parties. La 1^{ère} partie permet de confirmer votre catégorisation. La 2^{ème} partie élimine une symptomatologie à l'effort qui pourrait être la conséquence immédiate ou à long terme de lésions pulmonaires passées inaperçues.

Le questionnaire est réalisé sans présence médicale mais sous sa responsabilité. Il est soumis au secret médical et ne doit en aucun cas être remis à votre employeur. Si vous ne cochez aucune case « oui », c'est-à-dire qu'il n'y a pas de « symptôme en faveur d'un COVID19 » et pas d'élément en faveur d'un « cas suspect », vous pouvez intervenir en milieu hyperbare sans délai. Si vous cochez au moins une case « oui » ou au moindre doute, vous devez bénéficier d'un avis médical par télémedecine ou consultation présentielle avant toute exposition hyperbare. Le questionnaire doit être régulièrement refait, idéalement avant chaque 1^{ère} exposition de la journée, tant que le risque de contamination persiste. Le questionnaire peut être affiché pour faciliter cet autocontrôle avant une exposition hyperbare.

Le diagnostic par PCR et/ou les tests sérologiques ne sont pas, pour l'instant, recommandés de façon systématique. Ils ne peuvent pas être réalisés sans avis médical.

Conditions de reprise : Vous pouvez **reprendre sans délai vos activités hyperbares** en l'absence de symptomatologie et sous réserve de l'accord de votre médecin du travail ou d'aptitude.

2^{ème} CATEGORIE : « SUSPECT ASYMPTOMATIQUE »

Définition : Vous êtes **cas contact¹ et/ou** vous avez eu un prélèvement qui s'est avéré positif (**PCR+**) mais vous n'avez jamais présenté de symptôme (**asymptomatique**).

CAT : Vous êtes potentiellement contagieux. Vous devez être **isolé** pendant les 15 jours qui suivent le contact et/ou le dépistage positif. L'isolement peut être levé plus précocement au décours d'un ou plusieurs dépistages négatifs et uniquement après avis médical.

La reprise des activités hyperbares ne se fait qu'après avoir effectué **la 1^{ère} partie de l'auto-questionnaire médical N°1** (annexe 1) pour éliminer une symptomatologie passée inaperçue. En cas de symptomatologie, vous êtes considéré comme un « symptomatique non grave ». En l'absence de symptomatologie, vous réalisez alors **l'auto-questionnaire N°2** (annexe 2) à la recherche d'une symptomatologie à l'effort qui pourrait être en rapport avec une éventuelle séquelle respiratoire consécutive à une forme pulmonaire asymptomatique.

Conditions de reprise : vous pouvez **reprendre les activités hyperbares après la période d'isolement**, uniquement en l'absence de symptomatologie, en particulier à l'effort, et après accord de votre médecin du travail ou d'aptitude.

3^{ème} CATEGORIE : « SYMPTOMATIQUE NON GRAVE »

Définition : Vous avez présenté la **maladie sous sa forme la plus simple** (fièvre, toux ...), sans jamais avoir nécessité d'oxygène (non oxygène-dépendant) ni avoir été hospitalisé pour une fatigue extrême et/ou une complication pulmonaire, cardiologique, neurologique ou néphrologique.

CAT : Vous devez être réévalué par votre médecin du travail en **consultation présenteielle**. La décision repose notamment sur :

- un interrogatoire orienté sur votre état cognitif, respiratoire, cardiologique et néphrologique.
- un test de dépistage d'une symptomatologie à l'effort (test de marche de 6 min., step test 3 min...).
- un examen clinique.
- plus ou moins un bilan biologique (NFS, plaquettes, CRP, créatinine avec calcul du DFG), un électrocardiogramme à la recherche d'un trouble du rythme et une spirométrie pour dépister un trouble ventilatoire non connu jusqu'alors. Les risques majorés de contamination lors de la réalisation d'une spirométrie limitent sa prescription.
- éventuellement un scanner thoracique faible dose peut également être contributif en particulier en cas de désaturation et/ou de symptomatologie à l'effort.

En cas de doute, votre médecin peut faire appel à un **médecin spécialiste** et/ou **compléter son bilan** avec par exemple :

- une exploration fonctionnelle respiratoire (EFR) avec TLCO,
- et/ou une VO2 max ou à défaut une échographie d'effort avec SaO2 ou à défaut un ECG d'effort avec SaO2 et échographie cardiaque de repos.

Conditions de reprise : vous êtes **inapte temporaire pendant au moins 1 mois**. Votre reprise peut se discuter en fonction du bilan et uniquement après validation par votre médecin du travail ou d'aptitude.

¹ *Un cas contact est une personne qui, dans les 14 jours précédant l'apparition des symptômes d'un cas confirmé et en l'absence de mesures de protection efficaces pendant toute la durée du contact (hygiaphone ou autre séparation physique (vitre) ; masque chirurgical ou FFP2 porté par le cas ou le contact ; masque grand public fabriqué selon la norme AFNOR ou équivalent porté par le cas et le contact), a partagé le même lieu de vie que le cas confirmé ou probable, a eu un contact direct avec un cas, en face à face, à moins d'1 mètre, quelle que soit la durée (ex. conversation, repas, flirt, accolades, embrassades), a prodigué ou reçu des actes d'hygiène ou de soins, a partagé un espace confiné (bureau ou salle de réunion, véhicule personnel ...) pendant au moins 15 minutes avec un cas ou étant resté en face à face avec un cas durant plusieurs épisodes de toux ou d'éternuement ou est élève ou enseignant de la même classe scolaire (maternelle, primaire, secondaire, groupe de travaux dirigés à l'université).*

4^{ème} CATEGORIE : « SYMPTOMATIQUE GRAVE »

Définition : Vous avez été hospitalisé pour une **oxygénothérapie** avec ou sans ventilation mécanique et/ou une **fatigue extrême** et/ou une **complication**. Les données récentes de la littérature montrent que vous avez probablement subi un choc physiologique intense et que vous nécessitez une convalescence longue. Une attention toute particulière est portée sur la recherche de séquelles cardio-pulmonaires (myocardite, embolie pulmonaire, fibrose pulmonaire...), de troubles neuropsychiatriques et/ou d'atteintes rénales.

CAT : Votre visite de reprise nécessite le plus souvent des **avis spécialisés** et/ou des **examens complémentaires**.

Conditions de reprise : Vous êtes **inapte temporaire pendant au moins 6 mois**. Votre reprise peut se discuter en fonction du bilan et uniquement après validation par votre médecin du travail ou d'aptitude.

Dans toutes ces catégories (annexe 3), **le médecin du travail ou d'aptitude reste le seul maître de sa décision**. Votre reprise n'est possible qu'après son accord. Elle doit être **progressive** et associée à la mise en place de **mesures barrières** (annexes 4 et 5) ainsi qu'à une optimisation des **processus de décontamination** du matériel et des équipements de protection individuelle (EPI). **L'auto-questionnaire n°1** doit être poursuivi avant chaque 1^{ère} intervention hyperbare de la journée. Au moindre doute, vous devez contacter votre médecin du travail ou d'aptitude.

Le service de médecine subaquatique, hyperbare et maritime de l'APHM se tient à votre entière disposition pour vous apporter son **expertise** et assister votre médecin du travail ou d'aptitude. Vous pouvez nous contacter au 04 91 74 49 44 ou par mail : consultation.hyperbarie@ap-hm.fr. Vous devrez au préalable remplir entre autre les questionnaires nécessaires en fonction de votre catégorisation et nous les transmettre afin que nous puissions organiser une **téléconsultation** ou une **consultation présentielle** avec toutes les mesures nécessaires pour vous protéger et prévenir le risque de contamination par le COVID19.

Dans le cadre d'un renouvellement de certificat médical d'aptitude, nous vous demanderons de **réaliser le maximum d'examens en ville**. Le contexte de crise sanitaire peut nous amener à **repousser certains examens** comme par exemple la spirométrie lorsque la notion d'urgence est discutable. La **téléconsultation** sera privilégiée au sein de l'hôpital et nous laisserons le soin à votre médecin du travail ou d'aptitude d'organiser la consultation présentielle dans son établissement si nécessaire.

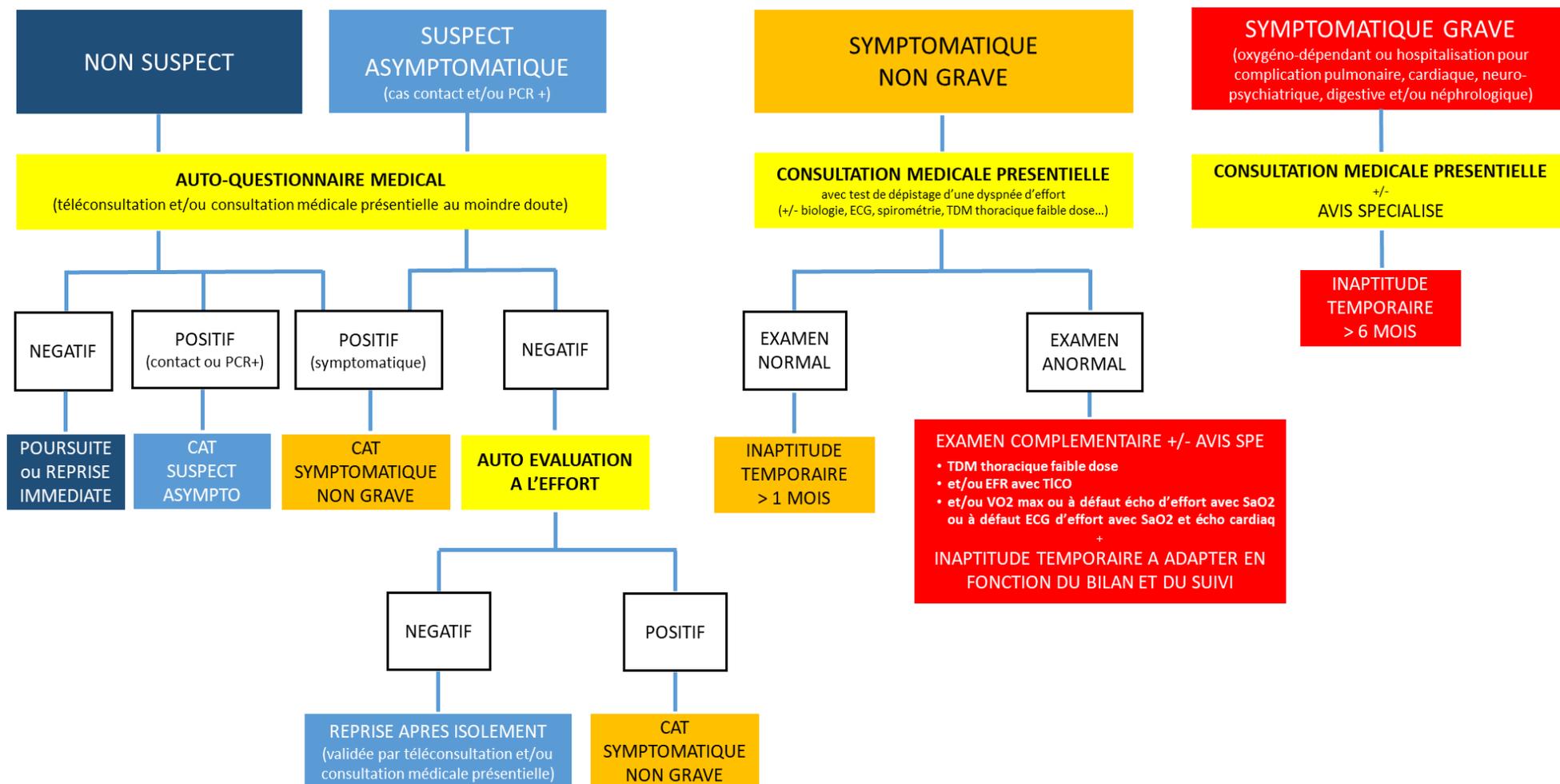
AUTO-QUESTIONNAIRE N°1 - DEPISTAGE DES CAS SUSPECTS OU SYMPTOMATIQUES			
<i>En cas de réponse positive, l'intervention en hyperbarie est déconseillée sans avis médical. Ce questionnaire ne doit en aucun cas être remis à l'employeur.</i>	OUI	NON	COMMENTAIRE
1^{ère} PARTIE - Depuis janvier 2020, avez-vous été SYMPTOMATIQUE en présentant :			
De la température > 38°C			
Des frissons			
Des courbatures			
Une fatigue importante			
Des maux de tête inhabituels			
Des maux de gorge			
Le nez qui coule, des crachats			
Une perte de goût et/ou de l'odorat			
Une perte d'appétit			
Des douleurs thoraciques			
Une toux			
Un essoufflement inhabituel			
Des douleurs abdominales et/ou une diarrhée			
D'autres signes :			
2^{ème} PARTIE - Avez-vous été CAS SUSPECT en étant :			
Testé positif pour le Covid 19 ?			
En contact étroit ¹ avec une personne positive pour le COVID-19 ou ayant eu certains des signes précédents ?			
¹ Un cas contact est une personne qui, dans les 14 jours précédant l'apparition des symptômes d'un cas confirmé et en l'absence de mesures de protection efficaces pendant toute la durée du contact (hygiaphone ou autre séparation physique (vitre) ; masque chirurgical ou FFP2 porté par le cas ou le contact ; masque grand public fabriqué selon la norme AFNOR ou équivalent porté par le cas et le contact), a partagé le même lieu de vie que le cas confirmé ou probable, a eu un contact direct avec un cas, en face à face, à moins d'1 mètre, quelle que soit la durée (ex. conversation, repas, flirt, accolades, embrassades), a prodigué ou reçu des actes d'hygiène ou de soins, a partagé un espace confiné (bureau ou salle de réunion, véhicule personnel ...) pendant au moins 15 minutes avec un cas ou étant resté en face à face avec un cas durant plusieurs épisodes de toux ou d'éternuement ou est élève ou enseignant de la même classe scolaire (maternelle, primaire, secondaire, groupe de travaux dirigés à l'université).			
Observation :			

AUTOQUESTIONNAIRE N°2 - DEPISTAGE D'UNE SYMPTOMATOLOGIE A L'EFFORT

Ce questionnaire n'est valable que pour les pratiquants actifs ou très actifs, dans le cas contraire, recherchez une symptomatologie similaire lors d'un exercice physique modéré et/ou demandez un avis médical

<i>En cas de réponse positive, l'intervention en hyperbarie est déconseillée sans avis médical. Ce questionnaire ne doit en aucun cas être remis à l'employeur.</i>	OUI	NON	Commentaires ou description
Avez-vous ressenti une gêne respiratoire ou un essoufflement inhabituel au repos ?			
Avez-vous ressenti une gêne respiratoire ou un essoufflement inhabituel à l'effort modéré (marche) ?			
Avez-vous ressenti une gêne respiratoire ou un essoufflement inhabituel à l'effort soutenu (course) ?			
Avez-vous ressenti une fatigue inhabituelle dans le cadre d'une activité physique courante ?			
Avez-vous l'impression d'une fatigue musculaire inhabituelle ?			
Pensez-vous être incapable de courir 50 mètres ?			
Pensez-vous être incapable de monter un étage en courant ?			
Si vous avez un traitement médical régulier, avez-vous l'impression qu'il ne suffit plus et qu'il faudrait consulter ?			
Observation :			

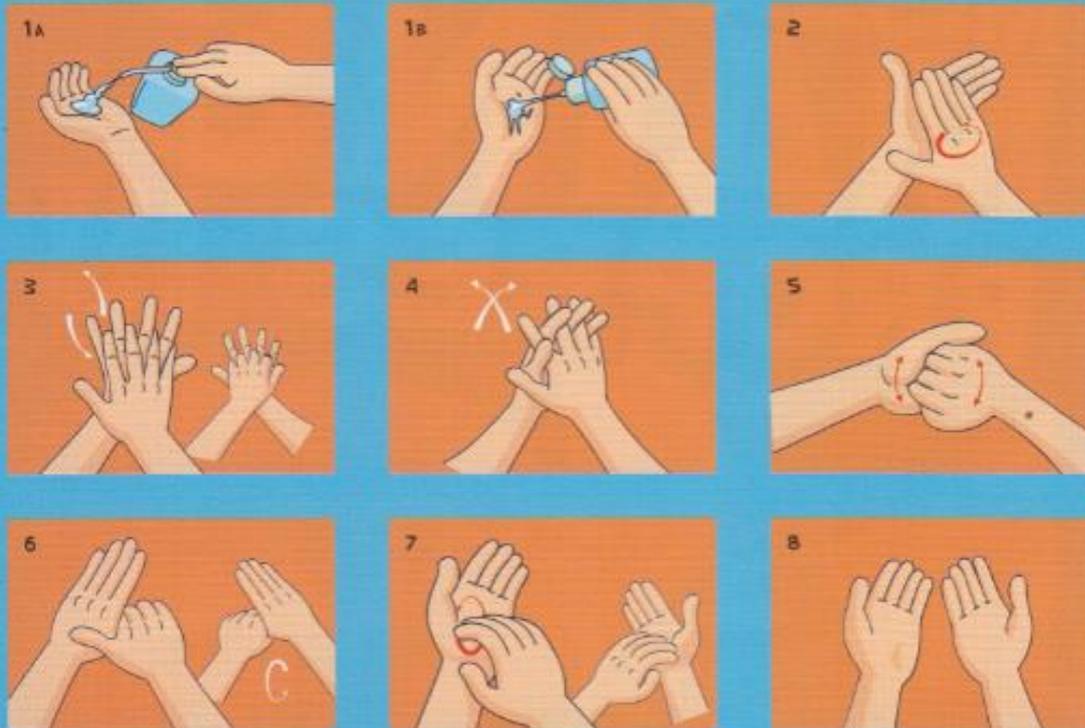
ANNEXE 3 - ALGORITHME DECISIONNEL



L'ensemble de cette prise en charge est sous la **responsabilité du médecin du travail ou du médecin d'aptitude** qui peut au moindre doute effectuer une **téléconsultation** et/ou une **consultation présenteielle**.

Dans tous les cas, la reprise des interventions devra être **progressive** et associée à la mise en place de **mesures barrières** et à une optimisation des processus de **décontamination** du matériel et des EPI.

LA FRICTION HYDRO-ALCOOLIQUE DES MAINS C'EST SIMPLE, RAPIDE, EFFICACE ET BIEN TOLÉRÉ !



Norme EN1500

- 1 A.B** Prendre une dose au creux de la main, étaler le produit jusqu'aux poignets puis frictionner.
- 2** Paume contre paume.
- 3** Dos de la main avec l'autre main.
- 4** Doigts entrelacés et espaces interdigitaux.
- 5** Doigts dans la paume de l'autre main.
- 6** Pouces.
- 7** Ongles dans la paume opposée.
- 8** Renouveler jusqu'à séchage.

30 SECONDES !!!



Notice

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)



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



Au moment de le remettre, lavez-vous les mains, réajustez votre masque



Lavez-vous une nouvelle fois les mains avec de l'eau ou du savon ou désinfectez-vous les mains avec une solution hydroalcoolique.

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



Retirez le masque par les attaches



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.