



Ligue française  
contre la sclérose en plaques  
Ensemble



## CONSEILS A PROPOS DU COVID-19 POUR LES PERSONNES ATTEINTES DE SEP, NMO ET AUTRES PATHOLOGIES DEMYELINISANTES

Les consignes nationales conseillées à la population générale s'appliquent à l'ensemble des patients atteints de SEP, NMO ou autres pathologies démyélinisantes.

Actuellement, il n'existe pas de données sur la façon dont le virus du COVID-19 affecte les personnes atteintes de sclérose en plaques (SEP), NMO et autres pathologies démyélinisantes.

Les personnes présentant une SEP, une NMO ou une autre pathologie démyélinisante et traitées par immunosuppresseurs, ou présentant une comorbidité (atteinte pulmonaire, cardiaque, ou ayant un diabète et celles âgées de plus de 70 ans), sont plus susceptibles de développer une forme sévère d'infection par le virus du COVID-19 et de souffrir de complications.

**Pour toute question relative à votre maladie et/ou traitement, contactez votre neurologue ou votre médecin traitant. S'ils ne sont pas disponibles, contactez**

- le Centre de Ressource et Compétence (CRC -SEP) de votre région, si vous êtes atteints de **SEP** ou de **NMO**
- les centres de référence maladies inflammatoires rares du cerveau et de la moelle (MIRCEM), si vous êtes atteints de **NMO** ou d'une autre maladie démyélinisante ou d'une SEP pédiatrique.

**Consignes générales pour limiter les risques de contagion par le virus du COVID -19 chez les personnes atteintes de SEP, NMO ou autres pathologies démyélinisantes à risque d'infection sévère** (traitées par immunosuppresseurs, ou présentant une comorbidité) :

- Se laver régulièrement et soigneusement les mains avec de l'eau et du savon et/ou du gel hydroalcoolique, notamment après vos déplacements à l'extérieur de votre domicile, avant la préparation des repas, avant de passer à table. Bien nettoyer les fruits et légumes après achat.
- Évitez de toucher vos yeux, votre nez et votre bouche à moins que vos mains ne soient propres
- Saluer sans serrer la main, faire d'accolade ou « la bise »
- Limitez les activités, professionnelles, sociales, culturelles éducatives et associatives non essentielles. Éviter les endroits clos avec du monde : reporter les réunions non

indispensables

- Mettre en œuvre systématiquement pour ces personnes des moyens de communication alternatifs dans le cadre de leurs activités d'apprentissage ou professionnelles : e-learning, travail à distance, téléconférences .....
- Limitez les contacts avec les enfants âgés de moins de 10 ans en dehors de votre foyer.
- Limiter les déplacements individuels aux seuls déplacements essentiels.
- Eviter autant que possible d'utiliser les transports en commun et notamment aux heures de pointe, pour privilégier les moyens de transports individuels.
- Veiller à l'application de mesures barrières renforcées par l'entourage : lavage des mains toutes les heures, port d'un masque chirurgical dès le début de symptômes et éventuellement exclusion de personnes de l'entourage de personnes potentiellement malades.
- 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
- Garder une distance d'au moins 1 mètre entre vous et les autres, en particulier ceux qui toussent et éternuent
- 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, d'une toux, de fièvre, céphalée, perte du goût et de l'odorat, diarrhée**
  - **Contactez en priorité votre médecin par téléphone**
  - Ne vous rendez pas directement chez votre médecin généraliste, ni chez votre spécialiste, ni dans un service d'urgence
  - En cas de symptômes importants (difficultés respiratoires, alimentaires, somnolence, troubles de la conscience,) contactez le **SAMU-Centre 15 (réservé aux urgences)**

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, NMO ou autres pathologies démyélinisantes pour tous les patients:

Les recommandations sont les suivantes :

- **Ne pas arrêter les traitements de fond** de la SEP, NMO ou autres pathologies démyélinisantes. 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, éternuements, difficultés respiratoires, fièvre, céphalée, perte du goût et de l'odorat, diarrhée, fatigue importante) 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.
- **Concernant la réalisation de bolus de corticoïdes**: ils doivent être discutés au cas par cas avec le neurologue en fonction de la sévérité de la poussée et du risque du COVID-19. Un traitement à domicile en comprimés doit être privilégié. Ne pas utiliser de corticoïdes en automédication.
- Eviter l'introduction d'anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) (ex : ibuprofène, kétoprofène, aspirine à dose supérieure à 500mg, ...). Les traitements AINS donnés sur le long cours ne doivent pas être arrêtés sans avis médical.

### Conseils pour les enfants, adolescents ou les femmes enceintes

Pour le moment, il n'existe aucun conseil spécifique pour les femmes enceintes atteintes de SEP, NMO ou autre pathologie démyélinisante ou pour les enfants/adolescents atteints de SEP.

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

### Conseils concernant le travail

- Aucune recommandation n'interdit à une personne atteinte de SEP de continuer à travailler.
- Le **télétravail doit être mis en place** en priorité chaque fois que cela est possible.
- En l'absence de possibilité de télétravail, pour les **patients traités par immunosuppresseurs, biothérapie ou corticothérapie**, conformément aux décisions gouvernementales :
  - **“Ces personnes doivent impérativement rester à leur domicile, en arrêt de travail, si aucune solution de télétravail n'est envisageable.”**
  - **“Elles peuvent désormais se connecter directement, sans passer par leur employeur ni par leur médecin traitant, sur le site [declare.ameli.fr](https://www.ameli.fr) pour demander à être mises en arrêt de travail pour une durée initiale de 21 jours.”**
  - <https://www.ameli.fr/assure/actualites/covid-19-extension-du-teleservice-declareamelifr-aux-personnes-risque-eleve>
  - **“Cet accès direct permet de ne pas mobiliser les médecins de ville pour la délivrance de ces arrêts.”**
  - **“Cet arrêt pourra être déclaré rétroactivement à la date du vendredi 13 mars.”**
  - **« Le personnel de santé ne peut pas s'auto-déclarer. Il doit contacter son neurologue ou son médecin généraliste référent ou le médecin du travail ».**

Les conseils ci-dessus ont été rédigés par les neurologues :

- du Conseil Médico-Scientifique (CMS) et du Comité Inter-Régional Médical de l'ARSEP (CIRMA) de la Fondation ARSEP
- des Centres de Ressource et de Compétence SEP (CRC-SEP)
- du Conseil d'Administration de la Société Francophone de la SEP (SF-SEP)
- de la Ligue Française contre la SEP (LFSEP)
- du Centre de Référence des Maladies Inflammatoires Rares du Cerveau Et de la Moelle (MIRCEM)

*Conseils établis le 26 mars 2020*

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