

[Utiliser judicieusement les ressources en période de restriction](#)

# smarter medicine: recommandations COVID-19

Une liste préparée par la communauté «Choosing Wisely» internationale

La pandémie de COVID-19 menace comme jamais la capacité des systèmes de santé et des équipes soignantes partout dans le monde; il est d'autant plus déterminant d'assurer une saine gestion des ressources limitées.



## Recommandations pour le public

**1. Ne sortez pas si ce n'est pas nécessaire. Maintenez une distance sécuritaire avec les autres personnes (2 m) et suivez les recommandations des autorités nationales et locales de santé publique.**

L'éloignement physique et le lavage des mains sont les façons les plus efficaces de réduire la propagation de la COVID 19. On évitera les foules, les déplacements non essentiels et les réunions sociales. Les gens ne devraient sortir que pour aller aux magasins d'alimentation, à la pharmacie, dans les services de soins ou pour d'autres déplacements essentiels. Ralentir la propagation de la COVID-19 peut aider à réduire la pression qu'elle exerce sur le système de santé. [1]

**2. Téléphonnez à l'hôpital, à la clinique ou au cabinet médical avant de vous y rendre pour recevoir des soins de routine (p. ex., visites préventives ou analyses périodiques) ou pour des soins indispensables.**

Les cliniques, les hôpitaux et autres établissements déterminent quels soins sont maintenus et lesquels peuvent être retardés ou reportés. Si la personne ne présente ni symptômes ni situation à risque, certaines analyses ou interventions de routine pourraient être non nécessaires, tandis que d'autres ne doivent pas attendre. Les personnes concernées doivent s'adresser à leurs professionnels de la santé. Ces derniers offrent également la télémédecine. [2, 3]

**3. Ne vous rendez pas aux services des urgences pour une évaluation de symptômes légers de la COVID-19. Utilisez plutôt les outils virtuels ou les centres de dépistage.**

Les personnes qui présentent des symptômes légers de COVID-19 ne doivent pas se présenter aux services des urgences pour un test de dépistage de la maladie. Des outils d'autoévaluation en ligne et des centres d'évaluation désignés peuvent orienter les gens vers d'autres soins si nécessaires. [2, 4, 5]

**4. Ne vous autoprescrivez pas de thérapies non approuvées pour prévenir ou traiter la COVID 19 et n'en demandez pas.**

Il n'existe actuellement aucun vaccin, médicament ou produit de santé naturel reconnu pour le traitement ou la prévention de la COVID-19. L'utilisation de traitements qui ne reposent pas sur des bases scientifiques fiables pourrait exposer les patients à des effets secondaires sérieux et entraîner des pénuries. [6, 7]

---

### Qu'est-ce que l'initiative smarter medicine?

smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland se base sur l'initiative américaine «Choosing Wisely» qui remporte un grand succès et qui a pour but non seulement de déboucher sur des «décisions judicieuses», mais aussi d'encourager une franche discussion entre le corps médical, les patients et le public. <https://www.smartermedicine.ch>

## Recommandations pour les professionnels de la santé

### 5. Ne dispensez pas de services en personne aux patients s'il existe des outils virtuels, comme les consultations téléphoniques ou en ligne.

#### Reportez les soins et les analyses de laboratoire non essentiels lorsque cela est possible.

Dans bien des cas, la télémédecine répondra aux besoins des patients. Il faut toutefois veiller à la continuité des soins aux patients qui souffrent de problèmes de santé chroniques. [8, 9]

### 6. Évitez de transférer les résidents fragiles de centres d'hébergement vers les hôpitaux, à moins que leur confort ou que leurs besoins médicaux urgents ne puissent être assurés dans leur établissement.

Les patients fragiles sont sujets à des infections nosocomiales, à des réactions indésirables aux médicaments, à des pertes de sommeil ou à une fonte musculaire rapide durant l'alitement. Les risques surclassent souvent les avantages. Si un tel transfert est inévitable, il faut donner des instructions préalables claires à l'hôpital quant aux directives anticipées du patient. [10, 11]

### 7. N'administrez pas de culots globulaires uniquement sur la base d'un taux d'hémoglobine arbitraire. Administrez-en un d'abord, puis réévaluez.

Selon plusieurs recommandations Choisir avec soin, les transfusions de culots globulaires sont surutilisées. Chez des patients non hémorragiques, une approche plus appropriée consiste à administrer une seule transfusion lorsque l'hémoglobine est inférieure à 70–80 g/L (7–8 g/dL). Il est essentiel de préserver l'approvisionnement sanguin pendant la pandémie de COVID-19. [12, 13]

### 8. N'intubez pas les patients âgés et fragiles sans discuter de leurs directives anticipées avec leurs proches, chaque fois que cela est possible.

Dans le contexte d'une pandémie comme la COVID-19, ce genre de décision se prend dans l'urgence, mais espérons-le, après les discussions qui s'imposent. Les patients âgés et fragiles qui sont suffisamment malades pour nécessiter une intubation, quelle qu'en soit la raison, y compris pour la COVID-19, ont des chances de

survie très limitées et une qualité de vie très détériorée par la suite. En abordant cette question d'entrée de jeu avec les patients et les familles, on prévient des prises de décision précipitées, qui ne concorderaient peut-être pas avec les volontés des patients. [14]

### 9. Chez les patients atteints de COVID-19, ne prescrivez pas de traitements non approuvés, sauf dans le cadre d'essais cliniques autorisés.

Il n'y a pas de consensus formel entre les groupes de professionnels de la santé au sujet du traitement de la COVID-19 et les données continuent d'évoluer. En plus d'exposer les patients à de possibles effets secondaires indésirables associés à des médicaments non approuvés, leur administration en dehors des essais cliniques nuira à notre capacité d'en évaluer scientifiquement l'efficacité sur la base d'un ensemble de données cohérentes. Des protocoles d'utilisation sous surveillance sur une base compassionnelle sont acceptables lorsque autorisées par les autorités sanitaires compétentes. [15, 16]

#### Références

Vous trouverez la liste des références complète dans la version en ligne de l'article: <https://doi.org/10.4414/fms.2020.08514>.

---

#### Comment cette liste a été créée

Une liste de recommandations potentielles a été assemblée à partir des initiatives en cours pour lutter contre la COVID-19. L'ébauche des éléments potentiels a été rédigée par des membres de Choisir avec soin en collaboration avec des médecins de diverses spécialités, des représentants des patients et des chefs de file de la communauté Choisir avec soin internationale. Un sondage comportant la liste complète des recommandations a par la suite été envoyé à 293 responsables d'organisations médicales, aux responsables de Choisir avec soin au Canada et à tous les membres de la communauté Choisir avec soin internationale. Le taux de réponse au sondage en 4 jours a été de 55% et tous les énoncés ont reçu une approbation (4 ou 5 sur une échelle de Likert en 5 points) de 83% à 98%. Les suggestions ont été prises en compte. Cette liste sera mise à jour fréquemment, à mesure que de nouvelles données probantes seront générées en réponse à la pandémie de COVID-19. Cette liste se veut une source d'information et ne peut se substituer à des conseils ou des traitements médicaux. Veuillez consulter votre professionnel de la santé ou l'autorité locale de santé publique avant de prendre des décisions médicales relatives à la COVID-19. – Dernière mise à jour: Le 1<sup>er</sup> avril 2020.