



LES AUTOTESTS EN VENTE EN PHARMACIE : MODE D'EMPLOI

Depuis le 12 avril, il est possible d'acheter un autotest sur prélèvement nasal pour dépister la Covid-19. Ces tests, en vente libre en pharmacie, sont destinés à toute personne de plus de 15 ans qui ne présente pas de symptôme de la Covid-19. Le prix maximum de vente d'un autotest est de 6 euros (5,20 euros à compter du 15 mai 2021). Les autotests ne sont pas remboursés par l'Assurance Maladie.

C'est quoi un autotest ?

L'autotest est un test antigénique, à réaliser soi-même, à l'aide d'un bâtonnet (écouvillon) introduit dans le nez. Pour augmenter la fiabilité du test, il faut suivre rigoureusement le [guide d'utilisation](#) fournis lors de l'achat. Ce test peut être utilisé, notamment par un particulier à domicile ou dans le cadre d'un dépistage collectif. Le résultat est donné au bout de 15 à 20 minutes, selon la notice du fabricant.

A quoi sert un autotest ?

Il sert à dépister les personnes de plus de 15 ans qui n'ont pas de symptômes et qui ne sont pas personne contact (ou cas contact). Il permet de savoir si on est porteur ou non de la Covid-19 et c'est pour cela qu'il faut le faire régulièrement. Les autotests sont moins sensibles que les tests RT-PCR et antigéniques.

En répétant l'autotest 1 à 2 fois par semaine, **on augmente les chances de le réaliser au début de la maladie, c'est-à-dire au moment où le virus est le plus présent** et le plus facilement détectable, **et surtout au moment où on est le plus contagieux**. On multiplie alors les chances, si l'on est un porteur sans symptôme du virus, de le savoir, de s'isoler, de réaliser un test RT-PCR de confirmation et de prévenir ses contacts.

Que faire en fonction des résultats ?

En cas de résultat négatif à un autotest, il faut rester prudent et **maintenir les gestes barrières**. La fiabilité de l'autotest est limitée, il est donc toujours possible d'être porteur du virus dans des quantités non détectables, ou qu'une erreur liée au prélèvement fausse le résultat.

En cas de résultat positif à un autotest, il faut **sans tarder** :

- réaliser un test RT-PCR qui [confirmera ou non le résultat](#) ;

- [s'isoler immédiatement](#) ;
- prévenir les personnes avec qui l'on a récemment été en contact en l'absence de gestes barrières pour qu'elles s'isolent.

Pour les personnes qui ne peuvent pas télétravailler et dans l'attente du résultat du test RT-PCR, il est possible de [demander un arrêt de travail](#).

Qui peut bénéficier des autotests gratuits ?

Les autotests de dépistage contre la Covid-19 disponibles en pharmacie sont pris en charge par l'Assurance Maladie pour les professionnels qui travaillent auprès des personnes âgées et des personnes en situation de handicap.

Sont concernés par cette prise en charge :

- **les services d'aide à domicile** : service d'aide et d'accompagnement à domicile (Saad) en service prestataire, intervenants mandataires, particuliers employeurs, salariés des services de soins infirmiers à domicile (Ssiad), salariés de service pour personnes handicapées ;
- **les accueillants familiaux.**

Pour obtenir des autotests, dans la limite de 10 autotests par mois, sans avancer les frais, il faut présenter au pharmacien un justificatif professionnel. Cela concerne 600 000 professionnels environ.

Pour en savoir plus, rendez-vous sur [ameli.fr](#) :

<https://www.ameli.fr/ain/assure/actualites/les-autotests-en-vente-en-pharmacie-mode-demploi>

Vous pouvez également consulter la page dédiée aux autotests sur le site du ministère des solidarités et de la santé :

<https://solidarites-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/maladies/maladies-infectieuses/coronavirus/tout-savoir-sur-la-covid-19/autotests-covid-19>

« EN PARLER, C'EST DÉJÀ SE SOIGNER » : PARLER DE SES PROBLÈMES PSYCHIQUES

Depuis plus d'un an, pour faire face à l'épidémie de Covid-19, des mesures de confinement et de couvre-feu ont été imposées. **Les conditions de vie ont des conséquences importantes sur la santé mentale des Français.** Le stress, la lassitude ou encore la peur sont autant de facteurs favorisant l'apparition de symptômes anxieux et dépressifs. Les détecter afin de permettre une prise en charge adaptée est primordial.

C'est la raison pour laquelle Santé publique France et le ministère des Solidarités et de la santé ont lancé la **campagne de sensibilisation « En parler c'est déjà se soigner » à destination du grand public, avec une attention particulière portée aux 18-24 ans.**

La vidéo « [En parler c'est déjà se soigner](#) » sortie le 20 avril montre à travers des scènes de la vie quotidienne les principaux symptômes : [anxiété](#) (irritabilité, sensation de panique), [état dépressif](#) (tristesse, perte d'intérêt, d'énergie) ainsi que des [problèmes](#)

de sommeil.

L'objectif est d'encourager la parole auprès de son entourage ou d'un professionnel de santé et de rappeler les dispositifs d'information, d'écoute et de soutien psychologique existants. Il existe plusieurs dispositifs d'aides, trop peu connus encore :

- **le numéro vert 0 800 130 000** (24/24h, 7/7 jrs), créé par le gouvernement pour répondre à toutes les questions liées à la Covid-19 et pour apporter un soutien psychologique ;
- **le site [psycom.org](https://www.psycom.org)**, site d'information proposant une information fiable, accessible et indépendante sur la santé mentale et les troubles psychiques ;
- **[filsantejeunes.com](https://www.filsantejeunes.com) et le numéro 0 800 235 236**, accessible 7/7 jours de 9h à 23h pour les **jeunes de 12 à 25 ans** ;
- **un espace dédié à la santé mentale sur le site internet de Santé publique France** qui présente les données disponibles sur la santé mentale des Français et recense l'ensemble des dispositifs d'aide à distance, classés par populations

Pour en savoir plus, rendez-vous sur [ameli.fr](https://www.ameli.fr) :

<https://www.ameli.fr/ain/assure/actualites/en-parler-cest-deja-se-soigner-une-campagne-invitant-parler-de-ses-problemes-psychiques>

BIEN REMPLIR VOTRE DEMANDE DE COMPLÉMENTAIRE SANTÉ SOLIDAIRE

Vous souhaitez faire une demande ou un renouvellement de Complémentaire santé solidaire à l'Assurance Maladie ?

L'Assurance Maladie met à votre disposition une vidéo d'environ 5 minutes pour vous aider à bien remplir votre demande : parce qu'une demande bien remplie est une demande traitée plus rapidement !

La vidéo YouTube disponible sur le lien suivant:

<https://bit.ly/3nOzdaI>

SEMAINE EUROPÉENNE DE LA VACCINATION

La Semaine européenne de la vaccination (SEV) a été créée en 2005 par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et a pour objectif de mieux faire connaître les enjeux de la vaccination. Elle se déroule aujourd'hui dans près de 200 pays dans le monde à une date est fixée par l'OMS, généralement en avril. Cette année, Santé publique France et le Ministère chargé de la santé ont fait le choix de reporter l'événement du 17 au 21 mai 2021.

La vaccination contre la Covid-19 reste l'actualité mais ne doit pas faire oublier l'importance des autres vaccinations pour préserver la santé de tous, que ce soit les vaccinations du nourrisson, mais aussi la vaccination des moins de 40 ans avec 2 doses pour stopper les épidémies de rougeole ou la nouvelle extension aux garçons de la vaccination contre le papillomavirus (HPV).

Pour en savoir plus, rendez-vous sur le site [vaccination info service](https://www.vaccination-info-service.fr) :

<https://vaccination-info-service.fr/>

**Vous souhaitez plus d'informations de
la CPAM de l'Ain ?
Vous pouvez nous suivre
sur ameli.fr et sur les réseaux sociaux :**

Service communication
CPAM de l'Ain
1 place de la Grenouillère - 01015 BOURG-EN-BRESSE CEDEX