

MON AUTO SURVEILLANCE COVID 19

Si j'ai un symptôme, je suis potentiellement porteur du Covid-19, je reste chez moi, je suis vigilant.

Si un symptôme augmente ou un autre apparaît, je reste chez moi et je redouble de vigilance.

A tout moment ou en cas de doute, je peux faire un test médical sur le site www.maladiecoronavirus.fr.

Pour toute aggravation, je contacte mon médecin.

Date	Je n'ai pas de symptômes	J'ai des symptômes										Notes personnelles
		Impression température	Mesure température	Toux	Douleurs / crampes	Fatigue	Essoufflement	Troubles digestifs	Perte de goût / odorat	Écoulement nasal	Troubles cutanés	
Exemple 1	 											J'ai fait des courses
Exemple 2	 	 	38,4				 					
LUN /												
MAR /												
MER /												
JEU /												
VEN /												
SAM /												
DIM /												
LUN /												
MAR /												
MER /												
JEU /												
VEN /												
SAM /												
DIM /												
LUN /												
MAR /												
MER /												
JEU /												
VEN /												
SAM /												
DIM /												
LUN /												
MAR /												
MER /												
JEU /												
VEN /												
SAM /												
DIM /												
LUN /												
MAR /												
MER /												
JEU /												
VEN /												
SAM /												
DIM /												
LUN /												
MAR /												
MER /												
JEU /												
VEN /												
SAM /												
DIM /												

Diagnostic COVID-19 ?
 Quand : Par : Un médecin ☐ Auto-diagnostic ☐
 Date probable de contamination :

Ce n'est pas parce qu'on n'a pas eu le COVID-19 qu'on doit arrêter de suivre les symptômes.
 Des rechutes sont possibles.