

INFORMATION

CORONAVIRUS COVID-19



Vous habitez en **Île-de-France**,
vous êtes **en confinement** à votre domicile
en raison du **COVID-19** ?



L'Agence Régionale de Santé (ARS),
en lien avec le Ministère de la Santé,
met à votre disposition un outil de suivi à distance :



Un service public gratuit en Île-de-France.

Pour bénéficier du suivi à distance Terr-eSanté :



- ▶ **1** Vous devez **appeler la cellule régionale** au 01.83.62.31.31 (7j/7 - 8h-22h), ou **envoyer un email** à support.patient@terr-esante.fr
- ▶ **2** **Votre dossier sera créé** sur la plateforme régionale Terr-eSanté.
- ▶ **3** **Sur web ou mobile, vous pourrez ensuite renseigner vos critères de surveillance.** Le médecin en charge du suivi pourra ainsi suivre l'évolution de ces critères et adapter votre prise en charge.



POUR RENSEIGNER SON SUIVI SUR LE WEB

1. Aller sur www.terr-esante.fr/patients,
2. Se connecter avec son identifiant et mot de passe,
3. Se diriger dans « *Ma santé* » puis l'onglet « *Mes objectifs* »,
4. Compléter les critères de suivi en cliquant sur « *Mettre à jour l'évolution* ».

Objectifs	Unité	Min	Max	Unité	Min	Max
1. Quelle est votre température ? Indiquez votre température en degrés Celsius. Précisez si elle est prise à jeun ou non.	°C	36	42	°C	36	42
2. Quelle est votre fréquence cardiaque ? Indiquez votre fréquence cardiaque en battements par minute. Précisez si elle est prise à jeun ou non.	battements/min	50	100	battements/min	50	100
3. Quelle est votre fréquence respiratoire ? Indiquez votre fréquence respiratoire en inspiration par minute. Précisez si elle est prise à jeun ou non.	inspiration/min	10	20	inspiration/min	10	20
4. Avez-vous des frissons ? Indiquez si vous avez des frissons ou non.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Avez-vous eu un malaise dans les dernières 24h ? Indiquez si vous avez eu un malaise ou non.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Comment évoluent vos autres symptômes ?						

POUR RENSEIGNER SON SUIVI SUR L'APPLI MOBILE

1. Télécharger l'application Terr-eSanté,
2. Cliquer sur le menu « *Objectifs* » afin d'indiquer votre suivi,
3. Remplir les critères.



Terr-eSanté
GCS SESAN - Médecine
PECS 3
Cette application est compatible avec vos appareils.



- Pour savoir :
- Comment mesurer votre température,
 - Votre fréquence cardiaque,
 - Votre fréquence respiratoire
 - Les conseils des gestes barrières,
- rendez-vous sur :

<https://www.iledefrance.ars.sante.fr/coronavirus-covid-19>



Coronavirus Covid-19

Toute l'information à jour : gouvernement.fr/info-coronavirus

Pour toutes vos questions : N° vert 0800 130 000 (appel gratuit)

En cas d'aggravation de votre état de santé, composez le 15.