

# 5e vague de Covid-19 : vous êtes cas contact ? Voici les règles à respecter, vacciné ou non

A l'image du Premier ministre Jean Castex testé lundi soir positif au coronavirus après avoir été cas contact via sa fille de 11 ans, le nombre de contaminations explose en France. Rappel des gestes à suivre si connaissez la même mésaventure.



Premier réflexe lorsque l'on est cas contact : se faire tester. LP/Aurélié Ladet



1

Par Anissa Hammadi

Le 23 novembre 2021 à 12h35

Contre la haute contagiosité du variant Delta, la vaccination ne suffit pas : le nombre de personnes admises à l'hôpital pour cause de [Covid-19](#), en hausse continue, le prouve. Respecter les gestes barrière et [le processus en tant que cas contact](#) limite la force de frappe de [cette cinquième vague épidémique](#). Lorsqu'un proche est infecté, la démarche à suivre dépend de votre statut vaccinal. Explication.

- **Si votre schéma vaccinal est complet et si vous n'êtes pas immunodéprimé**, vous n'êtes pas contraint de vous isoler. Mais vous devez respecter certaines règles sanitaires pour briser les chaînes de transmission, à commencer par un test antigénique à faire en pharmacie dès que possible. S'il est positif, vous devez vous isoler pendant dix jours. S'il est négatif, vous devrez alors faire un autre test de contrôle « après sept jours ». Plus précisément « sept jours après votre dernier contact avec la personne malade » ou « sept jours après la guérison de la personne malade si vous êtes en contact régulier avec elle ».

En attendant ce test de contrôle, les consignes, ou plutôt les conseils officiels, relèvent du bon sens : il est impératif de « limiter » les interactions sociales, « éviter » les personnes

fragiles, porter le masque partout, même dans les lieux qui ne l'exigent plus. Mais en pratique, peu de personnes changent leurs habitudes.

« Trop souvent on a l'impression d'être protégé par le vaccin ou par le masque, mais l'un ou l'autre ne suffira pas à passer le cap de l'hiver », résume l'épidémiologiste Benjamin Davido. Selon lui, cette souplesse se justifie tout de même par le fait qu'une personne vaccinée est en moyenne deux fois moins contaminante qu'une personne non-vaccinée.

### Prudence jusqu'au deuxième test

« À partir du moment où on est asymptomatique et où on respecte les gestes barrière, c'est-à-dire porter correctement le masque même chez des proches et aérer les pièces, on peut faire à peu près tout ce qu'on veut sans grand risque, poursuit le spécialiste. Si on se remet à dire qu'à nouveau tout le monde est cas contact, on le sera toute notre vie, sans parler de l'explosion incontrôlable des arrêts de travail. »

En revanche, si des symptômes apparaissent avant la date du test de contrôle, il faut le faire dès que possible et s'isoler jusqu'aux résultats. S'il est positif, retour à la case départ avec un isolement de dix jours. Et s'il est de nouveau négatif, on peut à ce moment-là, et seulement là, « reprendre prudemment une vie sociale ».

C'est pourquoi il faut faire très attention au test initial, « peu révélateur », prévient Benjamin Davido : « Il n'est pas étonnant que les ministres en contact avec Jean Castex soient testés négatifs, ils ont été réalisés trop tôt. Globalement, les gens ne savent pas à quel moment il faut se faire tester, ni comment mettre le masque correctement. Durant la période d'incubation qui précède le test de contrôle, le risque est de retourner à une soirée en pensant qu'on est négatifs. »



The image shows a screenshot of a tweet from RMC (@RMCInfo). The tweet text reads: "J'ai fait un test lorsque j'ai appris que Jean Castex était positif. Je suis négative". Below the text, it identifies the speaker as Roxana Maracineanu, ministre déléguée chargée des Sports, and includes the hashtag #ApollineMatin. A video player is embedded in the tweet, with a "Regarder sur Twitter" button. The tweet is dated 7:47 AM · 23 nov. 2021 and has 6 likes. At the bottom, there is a button that says "Tweetez votre réponse." and a link to "Voir les dernières informations sur le COVID-19 sur Twitter".

- **Si vous n'êtes pas vaccinés ou pas complètement** vous devrez vous isoler quel que soit le

Si vous n'êtes pas vaccinés, ou pas complètement, vous devez vous isoler quel que soit le résultat du premier test. Sept jours s'il est négatif, avec un test de contrôle à l'issue de cette période, dix s'il est positif, sans test de contrôle à la fin. Dans le cas où le télétravail serait compliqué ou impossible, vous êtes en droit de demander un arrêt de travail de sept jours, sans délai de carence, pour respecter cette période d'isolement. Vous devez alors le déclarer sur [le site de l'assurance maladie ou de la MSA](#). Enfin, les règles du test de contrôle sont les mêmes que pour les personnes vaccinées.

- **Dernier cas de figure : si vous avez déjà eu le Covid il y a moins de deux mois**, vous n'êtes tout simplement pas considéré comme cas contact.

---

## Dans la rubrique Santé

[Covid-19 : Barnier, Le Pen et Mélenchon appellent à rétablir les tests gratuits](#)

[Covid-19 en Guadeloupe : les soignants auront accès à des vaccins sans ARN messenger](#)

Abonnés [Covid-19 : pourquoi la cinquième vague est aussi «fulgurante»](#)

 VOIR LES COMMENTAIRES

---

## Les plus lus, Société

<a href="#">Covid-19 : pourquoi y a-t-il désormais plus de vaccinés que de non-vaccinés admis à l'hôpital ?</a>	1
<a href="#">Didier Raoult accusé d'avoir falsifié des résultats de tests pour ses travaux : l'hôpital ouvre une enquête interne</a>	2
<a href="#">À Bordeaux, une boîte de nuit confrontée à une rumeur</a>	3
<a href="#">Covid-19 : la situation violente en Guadeloupe «est intolérable et inacceptable», fustige Attal</a>	4
<a href="#">Bac 2022 : contrôle continu, choix des notes prises en compte... il y a encore du changement !</a>	5

---

## Société

---



**Violences en Guadeloupe, Castex positif au Covid-19 et «Dix pour cent» : les infos à retenir à la mi-journée**



**Violences en Guadeloupe : fusil sur la tempe, course-poursuite... l'ARS alerte sur des «agressions physiques» commises sur des soignants**



**«Je ne suis légalement rien pour mon fils !» : devenue mère par GPA, elle attend d'adopter son enfant**



**#BalanceTonBar : à Caen, face au GHB dans des bars, un mot-clé pour témoigner**



Guadeloupe : face aux violences, «la réponse du gouvernement est implacable», assure Sébastien Lecornu



Faut-il arrêter de se déplacer ?



Abonnés **Sécurité routière : des séances de psy pour éviter aux jeunes conducteurs de nouveaux accidents**



**Passé sanitaire : Gérald Darmanin demande aux préfets davantage de contrôles**