



BELGISCHE SHIATSU FEDERATIE
FÉDÉRATION BELGE DE SHIATSU

PROTOCOLE DE TRAITEMENT

Covid-19

Fédération belge de Shiatsu

Version du 11.5.2020

Dans ce document, vous trouvez toutes les informations relatives au protocole à suivre lors de vos séances de shiatsu. Il a été élaboré pour vous préparer au mieux au redémarrage de votre pratique après la levée des mesures gouvernementales visant au contrôle de la propagation du coronavirus.

Colophon

Le présent protocole a été rédigé par la Fédération belge de Shiatsu.

Rédaction

Editeur responsable : Luc De Cuype, président de la FBS, asbl

Pour toute question ou commentaire à propos du contenu du présent document, veuillez nous contacter à l'adresse : info@shiatsu.be.

Publication et droits d'auteur

BFS vzw / FBS asbl

Van Schoonbekestraat 148, 2018 Antwerpen

Contenu

- 1. Introduction**
- 2. Connaissances de base du Covid-19**
 - 2.1. Les coronavirus
 - 2.2. Propagation, symptômes et évolution
- 3. Mesures de protection de la population**
- 4. Mesures de protection dans la pratique du shiatsu**
 - 4.1. Généralités
 - 4.2. Protection individuelle
 - 4.3. Le praticien de shiatsu
 - 4.4. Le client
 - 4.5. Le cabinet
 - 4.6. La pratique ambulatoire de shiatsu
 - 4.7. La salle d'attente
- 5. Pour plus d'info**

1. Introduction

Depuis l'apparition de la pandémie de coronavirus, le gouvernement fédéral belge a pris un certain nombre de mesures visant principalement à prévenir la propagation de la contamination. Cela s'est fait en plusieurs étapes, au fur et à mesure que la gravité et l'étendue de la crise devenaient plus évidentes. Ces mesures ont depuis lors été évaluées et ajustées à intervalles réguliers.

Dès qu'il aura été décidé que les praticiens de shiatsu peuvent reprendre leur travail, un certain nombre de mesures devront être prises pour que les traitements se déroulent dans des conditions sûres. En tant que Fédération belge de Shiatsu, nous avons formulé des directives spécifiques à cet effet qui font l'objet du présent protocole. Nous comptons sur votre sens des responsabilités pour les suivre correctement.

Nous tenons à souligner que tout client qui présenterait des symptômes d'infection respiratoire doit immédiatement appeler son médecin et ne prendre en aucun cas rendez-vous dans votre cabinet.

Enfin, nous tenons à vous exprimer notre gratitude et notre soutien pour avoir respecté l'arrêt obligatoire de vos activités au cours des dernières semaines et pour suivre les directives développées ci-dessous. Nous savons que vous avez été et êtes toujours confrontés à des défis particuliers. Soyez assurés que nous continuerons à faire tout ce qui est en notre pouvoir pour vous soutenir du mieux de nos possibilités.

2. Connaissance de base du Covid-19

(Source : www.sciensano.be)

2.1. Les coronavirus

Les coronavirus (CoV) sont une grande famille de virus qui peuvent provoquer des maladies, allant du simple rhume à des maladies plus graves telles que le MERS-CoV (syndrome respiratoire du Moyen-Orient) et le SARS-CoV (syndrome respiratoire aigu sévère). Les coronavirus sont zoonotiques, ce qui signifie qu'ils se transmettent de l'animal à l'homme.

Le Covid-19

Le coronavirus SARS-CoV-2 (anciennement appelé 2019-nCoV) est une nouvelle souche qui n'a pas encore été identifiée chez l'homme et qui provoque la maladie appelée Covid-19. Il a été signalé pour la première fois à Wuhan, en Chine, le 31 décembre 2019, d'où le nom d'origine 2019-nCoV.

Les autorités sanitaires belges suivent l'épidémie de près.

Vous pouvez accompagner les dernières informations et procédures, en consultant : [professionnels de la santé](#) ou [citoyens\(linkisexternal\)](#) ou [laboratoires de diagnostic ou de recherche\(linkisexternal\)](#).

Consultez ces pages pour des mises à jour quotidiennes.

Restez au courant des derniers chiffres via le [rapport épidémiologique](#) quotidien ou nos [graphiques dynamiques\(linkisexternal\)](#).

2.2. Propagation, symptômes et évolution

(Source : <https://www.info-coronavirus.be/fr/faq/>)

Comment le COVID-19 se propage-t-il ?

Le coronavirus se transmet de personne à personne par de petites gouttelettes provoquées par la toux ou les éternuements. Par l'intermédiaire de ces gouttelettes, le virus se retrouve dans l'air, sur des objets et des surfaces. Le virus peut ainsi contaminer toute personne qui inhale ces gouttelettes, ou les introduit par les mains dans sa bouche, son nez ou ses yeux. Il n'y a aucune preuve que la contamination pourrait se faire par la peau. Le risque de contamination peut être réduit en gardant une distance de plus d'un mètre et demi avec les personnes malades, en se touchant le moins possible le visage et en veillant à une bonne hygiène des mains.

[Pour plus d'information sur la propagation du COVID-19, consultez le site web du gouvernement.](#)

Temps d'incubation

Jusqu'à présent, le délai entre la contamination et les premiers symptômes (temps d'incubation) semblait être de 2 à 14 jours. Cependant, de nouvelles données indiquent une durée d'incubation moyenne plus courte, de 5 à 7 jours. Pendant cette période d'incubation, le virus est probablement déjà transmissible.

Des recherches supplémentaires sont nécessaires, et actuellement en cours, pour comprendre comment et quand se produit le pic de transmission du virus.

Quels sont les symptômes ?

Les symptômes vont d'une maladie respiratoire légère à sévère avec fièvre, toux et difficultés respiratoires.

Quels sont les groupes à risque ?

Certains groupes de population sont considérés comme des 'groupes à risque' ; ils sont plus vulnérables au développement de symptômes graves. Il s'agit principalement de personnes âgées de plus de 65 ans, de personnes souffrant de maladies chroniques graves (diabète, maladies cardiaques, pulmonaires ou rénales) et de personnes dont le système immunitaire est affaibli.

Le risque pour une personne saine de vingt, trente ou quarante ans de contracter le coronavirus est tout aussi élevé que pour toute autre personne. Les hospitalisations et autres complications liées au coronavirus sont rares dans ces tranches d'âge.

Il n'existe aucune preuve scientifique indiquant que les femmes enceintes sont plus sensibles au COVID-19, ou à ses effets. Il est rassurant de constater qu'il y a peu de femmes enceintes parmi les patients lourdement atteints. Il n'existe pas non plus de preuve qu'une contamination par le COVID-19 pendant la grossesse aurait un effet négatif sur le fœtus ou que le virus puisse être transmis de la mère à l'enfant pendant la grossesse.

Les bébés et les enfants peuvent également être contaminés par le coronavirus, mais ils courent peu de risques de tomber gravement malades. Cependant, ils peuvent facilement transmettre le virus, même s'ils ne présentent pas de symptômes. Le gouvernement recommande donc d'éviter tout contact entre les enfants et les personnes à risque, comme leurs grands-parents.

3. Mesures de protection de la population

Le gouvernement prend des mesures pour protéger les groupes vulnérables et pour limiter et ralentir la propagation du coronavirus en évitant les situations où de nombreuses personnes se retrouvent ensemble, ce qui réduit les risques de contact entre une personne potentiellement infectée et des personnes en bonne santé. En outre, vous pouvez prévenir la contamination en suivant les directives ci-dessous.

[Revenir au site](#)

COMMENT SE PROTÉGER CONTRE LES VIRUS COMME LE CORONAVIRUS COVID-19 OU LA GRIPPE SAISONNIÈRE ?

1

LAVEZ-VOUS RÉGULIÈREMENT LES MAINS.



2

UTILISEZ TOUJOURS DES MOUCHOIRS EN PAPIER. UN MOUCHOIR NE S'UTILISE QU'UNE FOIS. JÉTEZ-LE ENSUITE DANS UNE POUBELLE FERMÉE.



3

SI VOUS N'AVEZ PAS DE MOUCHOIR À PORTÉE DE MAIN, ÉTERNUEZ OU TOUSSEZ DANS LE PLI DU COUDE.



4

RESTEZ À LA MAISON SI VOUS ÊTES MALADE.



TOUTES LES INFORMATIONS SUR
www.info-coronavirus.be



service public fédéral
SANTÉ PUBLIQUE,
SECURITE DE LA CHAÎNE ALIMENTAIRE
ET ENVIRONNEMENT

E.R. TOM AUWERS, PLACE VICTOR HORTA 40/10, 1060 BRUXELLES



[Téléchargez ici l'affiche pour vous-même et/ou votre cabinet](#)

Depuis le 4 mai, le port d'un masque buccal ou d'un foulard est également recommandé pour tous, pas seulement dans le cadre des soins.



COMMENT PORTER UN MASQUE EN TISSU ?

1 Mettre son masque :



Lavez-vous d'abord bien les mains.



Mettez le masque. Ne touchez que les rubans ou élastiques.



Mettez le masque d'abord sur votre nez et attachez les rubans du dessus.



Mettez le masque sur votre menton. Attachez les rubans du dessous.

2 Votre nez, votre bouche et votre menton doivent être sous le masque. Il ne peut pas y avoir d'ouverture sur le côté.



3 Porter son masque :



Lorsque le masque est mis, ne le touchez plus.



Votre masque n'est pas bien mis ? Ne touchez que les côtés pour le remettre.



Ne mettez pas et n'enlevez pas votre masque trop souvent

**PARTAGEZ LES BONS RÉFLEXES,
PAS LE VIRUS.**

WWW.INFO-CORONAVIRUS.BE

.be
Une initiative des autorités belges

[Téléchargez ici l'affiche pour vous-même et/ou votre cabinet](#)

4. Mesures de protection dans la pratique du shiatsu

En plus des directives générales qui s'appliquent à l'ensemble de la population, nous formulons les directives suivantes pour votre pratique du shiatsu.

4.1. Généralités

- Ne donnez pas de traitement si vous avez vous-même présenté des symptômes d'une infection des voies respiratoires supérieures ou inférieures au cours des deux dernières semaines.
- Ne donnez pas de traitement si une personne avec laquelle vous vivez est un cas possible ou avéré de contamination par le coronavirus.
- Contactez vos clients et informez-les à l'avance de la nouvelle procédure.

4.2. Protection individuelle

Un masque buccal (masque chirurgical ou masque buccal en tissu, fait maison) contribue à limiter la propagation du virus, mais ne protège pas d'une contamination éventuelle.

- Portez votre propre masque buccal. (Le masque chirurgical oral peut être porté en cas d'épidémie pendant 8 heures, quelle que soit la séquence des interventions. Il peut être gardé autour du cou entre les rendez-vous mais jamais dans un sac; il peut être gardé momentanément dans un endroit où il n'y a pas de risque de contamination; il ne doit jamais être touché sur la face extérieure; il doit être enlevé immédiatement dès qu'il y a des salissures visibles). (Un masque en tissu doit être lavé quotidiennement à au moins 60° C).
- Demandez à votre client de porter également un masque buccal. Prévoyez des masques buccaux pour vos clients au cas où l'un d'entre eux n'en aurait pas apporté un lui-même.

4.3. Le praticien de shiatsu

- Portez un masque buccal vous-même. Demandez également à votre client d'en porter un.
- Evitez de porter des bijoux tels que bracelets ou bagues, y compris une montre-bracelet.
- Portez des manches courtes lorsque vous donnez un shiatsu, afin de pouvoir vous laver les avant-bras en même temps que les mains.
- Ouvrez et fermez les portes vous-même.
- Accueillez vos clients sans leur serrer la main, sans les embrasser ou donner d'accolade.
- Si vous disposez d'un thermomètre frontal, mesurez éventuellement la température de vos clients à leur arrivée. À partir d'une température corporelle de 38 °C, demandez-leur de contacter un médecin et annulez le rendez-vous. Faites-le également en cas de symptômes visibles d'infection des voies respiratoires.
- Nettoyez-vous les mains avant et après le traitement.

Vidéo d'instruction sur le lavage des mains :

<https://www.youtube.com/watch?v=5KzSfpmKMjM>

Vidéo d'instruction sur la désinfection des mains :
<https://www.youtube.com/watch?v=MtZJsdr824>

- Évitez de traiter la tête et le visage de votre client.
- Évitez de pénétrer dans son espace respiratoire.
- Limitez-vous au traitement, n'offrez pas d'eau, de thé, de café, etc.
- Laissez votre client payer avec par un terminal ou une application de paiement.
- Lavez vos vêtements de travail tous les jours à une température d'au moins 60 °C, séparément de vos vêtements privés.

4.4. Le client

- Demandez à votre client de reporter le rendez-vous si lui-même, ou une personne avec laquelle il vit, a présenté des symptômes d'infection des voies respiratoires supérieures ou inférieures au cours des deux dernières semaines.
- Demandez-lui de se présenter déjà vêtu de vêtements confortables afin qu'il n'ait pas à se changer dans votre cabinet.
- Demandez-lui de se laver ou de se désinfecter les mains à son arrivée.
- Rappelez vos clients qu'ils doivent tousser et éternuer dans un mouchoir ou, à défaut, dans le pli de leur coude et demandez-leur également de ne pas se toucher visage pendant le traitement.
- Si vous recevez un enfant de moins de 16 ans, un seul parent au maximum est autorisé dans le cabinet. (Les mêmes mesures d'hygiène s'appliquent au parent).

4.5. Le cabinet

- Supprimez autant que possible tout le matériel en tissu dans votre cabinet. Changez le linge tous les jours. Mettez une serviette propre sur le futon ou sur la table de massage pour chaque nouveau client. Vous pouvez également demander à vos clients d'apporter leur propre grande serviette. Lavez le linge à au moins 60 °C, séparément de votre linge privé.
- Nettoyez tous les endroits où les clients viennent quotidiennement avec de l'eau de Javel (1 %).
- Prévoyez au moins 10 minutes entre 2 traitements pour aérer le cabinet et désinfecter les surfaces avec lesquelles les clients entrent en contact (table, chaise, poignée de porte, ...).
- N'utilisez pas de ventilateurs, ils peuvent propager le virus.
- Préparez un plateau sur lequel le client pourra déposer ses lunettes, montre, bijoux, ... (désinfectez-le également après chaque utilisation).
- Utilisez des housses jetables sur votre bodycushion ou, si elles sont en coton, lavez-les à 60 °C minimum.
- Évitez que des membres de votre famille, ou vos colocataires, traversent votre cabinet (avant, pendant et après la séance).

4.6. La pratique ambulatoire de shiatsu

Désinfectez-vous les mains lorsque vous arrivez chez votre client, ne touchez à rien chez lui, ne travaillez que dans un espace où vous serez seul avec lui, en tête à tête.

Assurez-vous qu'il est en bonne santé, ainsi que ses co-habitants. En cas de doute, annulez le rendez-vous et quittez les lieux. Décontaminez et ventilez régulièrement votre véhicule, en particulier le volant et les poignées de porte. Emportez votre équipement de protection dans un sac scellé. Laissez votre masque buccal autour de votre cou, si vous comptez l'utiliser encore pendant la journée

4.7. La salle d'attente

- La salle d'attente doit rester vide dans toute la mesure du possible : demandez à vos clients d'attendre à l'extérieur ou dans leur voiture. Envoyez-leur un message lorsque vous êtes prêt à les recevoir.
- Retirez tous les tissus et les journaux de la salle d'attente.
- Demandez à vos clients de se désinfecter les mains à leur arrivée mais gardez le flacon de désinfectant en main.
- Entre chaque client, désinfectez toutes les surfaces qui ont été touchées (bureau, table, poignées de porte, toilettes, ...) avec de l'eau de Javel (1%). Faites-le dans toutes les pièces que votre client a traversées.
- Évitez que vos clients traversent des espaces privés ou croisent des membres de votre famille à leur arrivée ou à leur départ.

5. Pour plus d'info

www.info-corona.be

www.sciensano.be

<https://www.uza.be/veelgestelde-vragen-covid-19>

www.health.belgium.be

www.zorg-en-gezondheid.be