

Covid long (syndrome post Covid-19)

10 March, 2021

Qu'est-ce que le Covid long ou le syndrome post COVID-19 ?

Le "Covid long" ou le "syndrome post COVID-19" est constitué d'un ensemble de symptômes qui persistent ou se développent pendant les 12 semaines suivant une infection aiguë Covid-19 et qui ne peuvent être attribués à aucune autre cause. Ces symptômes sont rapportés par un nombre significatif de personnes après guérison de la forme aiguë et peuvent persister des semaines, voire des mois.

Quels sont les symptômes?

Le "Covid long" peut se manifester par une large gamme de symptômes.

Ces symptômes peuvent apparaître soit isolément ou simultanément par groupes de symptômes. Ils peuvent être inconstants et variables avec le temps.

Les symptômes rapportés le plus fréquemment sont la fatigue et l'essoufflement.

D'autres plaintes sont citées ci-dessous (liste non limitative) :

Respiratoires

Toux

Cardiovasculaires

Douleurs thoraciques, palpitations, sensation d'oppression thoracique

Neurologiques

Troubles de la concentration (esprit brumeux), troubles de la mémoire, mal de tête, problèmes de sommeil, engourdissements, picotements

Gastro-intestinaux

Douleurs abdominales, diarrhée, nausées, perte d'appétit

Symptomatologie générale

Douleurs articulaires, musculaires, fièvre

Santé mentale

Changements d'humeur, anxiété, dépression

Nez- Gorge - Oreilles

Perte de l'odorat et du goût, douleurs d'oreille, mal de gorge

Peau

Éruptions, perte de cheveux

Qui est à risque?

Les données préliminaires montrent que toute personne qui a eu une infection Covid-19 (même une forme bénigne) peut développer un Covid long. Certaines données suggèrent que les personnes ayant une faible réponse immunitaire à l'infection, les femmes et les personnes avec antécédents de maladie grave sont plus susceptibles de souffrir du Covid long.

Je présente des symptômes de Covid long, dois-je appeler mon médecin ?

Prenez rendez-vous avec votre médecin :

- Si vous avez symptômes persistants ou qui se sont développés durant les 12 semaines suivant une infection aiguë Covid-19.
- Si vos symptômes ont augmenté ou se sont modifiés.

Je souffre de Covid long, puis-je le transmettre à mon entourage?

En général, ces personnes ne sont pas infectieuses : il est cependant conseillé de faire un test si votre médecin le juge nécessaire. Les recherches en cours montrent que l'excrétion virale n'est pas associée au Covid long.

Quels examens dois-je effectuer en cas de Covid long?

Votre médecin pourra recommander des examens en fonction des symptômes : examens sanguins, autres explorations selon les besoins, imagerie médicale, etc. Un suivi peut être nécessaire en fonction des résultats.

Quel traitement pour le Covid long ?

Les données sur le Covid long sont encore limitées et des recherches sont en cours. Votre médecin peut vous prescrire un traitement symptomatique et vous prescrire des examens complémentaires. Le suivi doit être assuré y compris par des spécialistes en cas de besoin.

Prévention et traitements?

Il n'existe pas de traitement préventif pour le Covid long. On peut cependant proposer les mesures suivantes:

- Consulter son médecin pour évoquer les symptômes, y compris de baisse de moral ou des questions de santé mentale.
- Se renseigner sur leur évolution possible.
- Noter les symptômes afin de suivre les progrès et la guérison.
- Se faire aider sur la façon de gérer ses symptômes.
- Attention, certains symptômes doivent être traités en urgence.
- Savoir qui appeler en cas d'urgence.

Quelles autres possibilités et ressources pour me venir en aide ?

Demandez du soutien à votre médecin ou à la consultation hospitalière: il existe des groupes de soutien pour le Covid long.

AVERTISSEMENT : Cette infographie a été développée à des fins purement informatives. Elle ne se substitue pas à un avis médical professionnel. Toute question ou préoccupation à propos d'un sujet présenté ici, doit être adressée à votre médecin.