



Fatigue intense, essoufflements,
troubles neurologiques...
sont les symptômes du...

*"Nos recherches indiquent que les **conséquences sur la santé de la Covid-19 s'étendent bien au-delà de l'infection aiguë, même parmi ceux qui souffrent d'une maladie bénigne.**"* C'est ce qu'écrivent des scientifiques de l'Université de Washington (États-Unis), auteurs d'une étude **publiée dans la revue JAMA Network Open** le 19 février 2021 sur un sujet dont ils manquent encore de données : ce qui est appelé le **"Covid-long" ou "syndrome post-Covid"**.

À travers leurs recherches (sur un faible échantillon de 177 patients, toutefois), ils ont identifié que près d'un tiers des personnes atteintes de la Covid-19, de façon bénigne **comme bien plus grave**, présenteraient **des symptômes persistants... jusqu'à neuf mois après leur diagnostic**. Or selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la durée des manifestations de la maladie (sa phase aiguë) est habituellement de deux semaines.

Parce que l'impact de ces symptômes prolongés de la Covid-19 est encore méconnu — et pour prendre en charge aux mieux les individus touchés par ce "Covid-long" — la Haute Autorité de Santé (HAS) fait un état des lieux. Dans un rapport publié le 12 février dernier, réalisé à l'aide de professionnels de santé et d'associations de malades, elle a établi les **douze catégories de signes persistants les plus fréquemment observés** par les personnes qui en souffrent :

- Une grande fatigue ;
- Des difficulté respiratoire (dyspnée), de la toux, des essoufflements ;
- Des douleurs thoraciques, une inadaptation à l'effort, des palpitations ;
- Des troubles de la concentration et de mémoire, une confusion mentale ;
- Des maux de tête (céphalées), des fourmillements (paresthésies), des sensations de brûlures ;

- Des **troubles de l'odorat (l'anosmie) ou de goût (agueusie)**, des acouphènes, des vertiges, une douleur lors de la déglutition (odynophagie) ;
- Des douleurs musculaires, tendineuses ou articulaires ;
- Des **troubles du sommeil** ;
- De **l'irritabilité, de l'anxiété** ;
- Des douleurs abdominales, des nausées, de la diarrhée, une baisse ou perte d'appétit ;
- Des **problèmes de peau** (prurit, urticaire, pseudo-engelures) ;
- De la fièvre, des frissons.

Fréquemment, plusieurs symptômes sont associés, certains peuvent ne pas être présents à la phase aiguë. Leur évolution est souvent fluctuante dans le temps. Des facteurs déclenchant les exacerbations sont parfois retrouvés, précise la HAS.

Que faire en cas de "Covid-long" ?

Devant un patient qui présente ces manifestations de la Covid-19 sur le long terme, la HAS préconise dans un premier temps *"d'éliminer une complication de la phase aiguë, une décompensation de **comorbidité et une autre cause que la Covid-19**"*. Pour ce faire, elle recommande un examen clinique approfondi "bienveillant", précise-t-elle dans son rapport : *"l'écoute est empathique"*. Des **traitements, surtout symptomatiques**, seront ainsi proposés.

L'autorité indépendante insiste aussi sur l'importance de la **rééducation respiratoire** en cas de syndrome d'hyperventilation, **olfactive** pour les troubles de l'odorat ou encore du **réentraînement à l'effort**. Les troubles anxieux, dépressifs ou fonctionnels ne doivent pas non plus être négligés, avec la proposition d'un **soutien psychologique** tout au long du parcours de soin. Plus de recherches seront enfin nécessaires pour mieux comprendre les **conséquences à long terme** d'une infection au coronavirus.