

Covid-19: guéris, mais toujours souffrants

La fatigue et les difficultés respiratoires constituent les principaux symptômes du Covid long. Le point avec Jean-Marc Fellrath, médecin chef du service de pneumologie du Réseau hospitalier neuchâtelois.

PAR BRIGITTE REBETZ



Le pneumologue Jean-Marc Fellrath auprès d'un patient assisté d'une ventilation non invasive après une phase de Covid aigu. GUILLAUME PERRET / LUNDI13

«**A**u travail, ça va parce que je suis assis derrière un ordinateur. Mais pour me doucher, m'habiller, marcher, c'est difficile: je m'essouffle au moindre geste de la vie quotidienne... Je peux plus ou moins tout faire, mais autrement: j'ai dû tout diminuer en termes de vitesse et d'effort, les loisirs en ont pris un coup. Il n'empêche, c'est un moindre mal, car je suis reconnaissant d'être encore en vie... J'ai de la chance d'être encore là», lâche Pierre*, le souffle court. Agé de 55 ans, il revient de loin: en octobre 2020, il a développé une forme grave du Covid-19 qui l'a envoyé aux soins intensifs à l'hôpital Portalès, à Neuchâtel. Intubation dans un état critique, coma, pronostic incertain...

Le quinquagénaire s'en sort néanmoins après cinq semaines d'hospitalisation et peut rentrer. Commence alors la rééducation, mais il doit prendre

son mal en patience: «Il y avait des hauts et des bas, j'avais toujours de la peine à souffler. En fin de compte, mon médecin traitant m'a de nouveau adressé à l'hôpital.» Depuis, Pierre est suivi par le service de pneumologie du Réseau hospitalier neuchâtelois (RHNE), avec une prise en charge axée sur la physiothérapie. Quatorze mois après son Covid-19, sa capacité respiratoire continue de plafonner à 80%...

Médecin chef du service de pneumologie du RHNE, le Pr Jean-Marc Fellrath suit des patients avec Covid long qui présentent des symptômes respiratoires (souffle court, toux, dyspnée). On parle de Covid persistant pour les maux qui perdurent 4 à 12 semaines après l'infection, de post-Covid au-delà de douze semaines. «Le symptôme numéro un, c'est une fatigue excessive, le deuxième des difficultés respiratoires. Mais le Covid peut dérégler différents systèmes et

provoquer des dysfonctionnements très divers: maux de tête, insomnie, douleurs musculaires, fièvre intermittente, perte de cheveux...»

«**Les symptômes touchent toutes les tranches d'âge et de loin pas que des personnes ayant été hospitalisées.**»

JEAN-MARC FELLRATH
PNEUMOLOGUE

Selon l'OFSP (données d'octobre 2021), près d'une personne sur trois victime d'une forme grave de Covid et une sur six ayant subi une forme modérée ou asymptomatique éprouve des effets à long terme de la maladie. Les femmes semblent deux fois plus impactées que

les hommes. Une étude réalisée par l'Université de Genève et les Hôpitaux universitaires de Genève sur le suivi à long terme des personnes symptomatiques testées positives révèle que 7 à 9 mois après avoir contracté le virus, 39% d'entre elles signalent encore des troubles résiduels. Les plus fréquents étant une fatigue persistante, des troubles neurologiques, un essoufflement, des troubles cardiaques ou psychiatriques. «Les symptômes touchent toutes les tranches d'âge et de loin pas que des personnes ayant été hospitalisées», constate le Pr Fellrath.

Suivi des patients hospitalisés

Tous les patients atteints d'une forme sévère du Covid-19 en 2020 ont été revus au RHNE trois mois après leur sortie d'hôpital pour un contrôle. «Si la majorité a bien récupéré, entre 15 et 20% souffraient encore de symptômes respiratoires», relève le pneumologue.

Les enfants peuvent aussi souffrir de Covid long

Le Covid long concerne aussi les enfants en âge scolaire (5-17ans) qui ont, dans la grande majorité des cas, présenté des infections légères à Sars-CoV-2, traitées en ambulatoire. Les formes aiguës et sévères sont rares en pédiatrie et les cas de Covid long moins fréquents que chez l'adulte. En un an, Eliana Coelho, neuropédiatre à RHNE, a rencontré cinq patients adressés par leur pédiatre pour des symptômes post Covid persistants qui limitent leur temps de fréquentation scolaire et le retour à leurs activités extrascolaires habituelles. Les principaux symptômes rapportés par ces enfants étaient des céphalées, une fatigue chronique, des vertiges, des difficultés de concentration et mnésiques. Aucun de ces 5 enfants n'a développé des complications neurologiques graves liées au Covid. Néanmoins, les limitations fonctionnelles liées aux symptômes persistants impactent très négativement leur santé mentale et leurs performances scolaires. Comme dans toute maladie chronique, un accompagnement spécialisé est nécessaire pour valider leurs expériences, prendre en charge les céphalées, mettre en place un programme de reconditionnement physique progressif en physiothérapie et les rassurer. La majorité de ces enfants récupère complètement.

A l'heure actuelle, deux autres patients atteints de complications neurologiques graves sont suivis au RHNE. Ce qu'il faut retenir, c'est que le cortège de symptômes attribués au Covid long, et/ou les complications neurologiques graves (vasculaires ou auto-immunes notamment), associées au Covid-19, ne sont pas spécifiques à Sars-CoV-2, ni plus fréquentes qu'avec d'autres infections virales chez les enfants. Des données récentes de la littérature confirment notre expérience clinique. Ils nécessitent néanmoins un accompagnement spécialisé et une mobilisation des ressources appropriée.

«Quelques personnes déjà atteintes de BPCO ou de fibrose pulmonaire ont vu leur état se dégrader. Nous avons aussi enregistré quelques cas d'embolie pulmonaire non compliquée et de fibrose pulmonaire survenant sur des poumons sains. La plupart des patients présentaient un déconditionnement majeur (fonte musculaire). Bon nombre d'entre eux avaient des fonctions et une imagerie pulmonaires normales tout en souffrant d'une respiration dysfonctionnelle (mauvaise adaptation de la respiration à l'effort).»

Pour ce type d'atteinte respiratoire, les patients sont adressés à des physiothérapeutes pour une rééducation ventilatoire. «L'objectif est de leur fournir des outils pour mieux respirer. On leur apprend à adapter leurs efforts à leur capacité pulmonaire et les résultats sont généralement bons», détaille le Pr Fellrath. Lorsque les patients sont très impactés, une prise en charge globale avec approche psychologique est proposée.

Groupes de soutien

Le professeur fait savoir que plusieurs groupes de soutien ont vu le jour autour des effets à long terme du Covid-19. Il mentionne la plateforme suisse Altea qui s'adresse aux personnes touchées, à leurs proches, aux médecins et chercheurs. Elle fournit des conseils pour mieux vivre avec les symptômes, un répertoire de consultations et des informations sur la recherche, entre autres. Quant à Long Covid

Suisse, c'est une association fondée par des individus souffrant de symptômes persistants dans le but de soutenir d'autres personnes concernées, mais leur site internet – qui fournit des liens vers des consultations et des conseils – est uniquement en allemand. On peut aussi se tourner vers l'organisation partenaire Association Covid long France ou consulter le site Rafael, plateforme interactive d'informations et d'échanges sur les séquelles à long terme, destinée au grand public et aux professionnels de la santé.

2

femmes pour un homme
Les femmes seraient deux fois plus impactées que les hommes par le post-Covid.

Le site de l'association Covid Langzeitfolgen (en allemand) se penche sur les aspects juridiques en lien avec les répercussions durables de la maladie. Selon le pneumologue, «les groupes de support peuvent s'avérer bénéfiques pour contrecarrer les effets du Covid long. Certains patients ont par exemple adapté leur place de travail pour pouvoir reprendre leur activité professionnelle.»

*Prénom d'emprunt.