

# Un patient atteint de la COVID-19 de longue durée témoigne : des progrès au rythme des mois, pas des semaines

■ Citation : *CMAJ* 2023 January 17;195:E83. doi : 10.1503/cmaj.221816-f

Voir les articles connexes ici : [www.cmaj.ca/lookup/doi/10.1503/cmaj.220818-f](http://www.cmaj.ca/lookup/doi/10.1503/cmaj.220818-f), [www.cmaj.ca/lookup/doi/10.1503/cmaj.220823-f](http://www.cmaj.ca/lookup/doi/10.1503/cmaj.220823-f), [www.cmaj.ca/lookup/doi/10.1503/cmaj.220824-f](http://www.cmaj.ca/lookup/doi/10.1503/cmaj.220824-f) et [www.cmaj.ca/lookup/doi/10.1503/cmaj.221846-f](http://www.cmaj.ca/lookup/doi/10.1503/cmaj.221846-f); voir la version anglaise de l'article ici : [www.cmaj.ca/lookup/doi/10.1503/cmaj.221816](http://www.cmaj.ca/lookup/doi/10.1503/cmaj.221816)

Début janvier 2022, j'ai eu la COVID-19. Ma maladie a duré 10 jours... mais d'autres symptômes sont apparus vers la mi-février : d'abord, une perte d'appétit, des étourdissements et une fatigue extrême, puis des symptômes psychologiques comme l'anxiété et la dépression. La nausée, la perte d'appétit et la perte de poids étaient ce qui m'inquiétait le plus. J'ai été malade au point d'avoir du mal à marcher dans ma maison ou jusqu'au bout de mon allée. Je dormais de 16–18 heures par jour. Vers la fin du mois de mars, j'ai consulté mon médecin de premier recours et d'autres spécialistes pour comprendre ce qui n'allait pas.

Au départ, ils soupçonnaient quelque chose comme une maladie auto-immune ou un cancer. J'avais perdu 30 livres en 3–4 semaines. Un gastroentérologue et une spécialiste en médecine interne m'ont prescrit une tomodensitométrie du torse et de l'abdomen, une endoscopie digestive haute et une foule d'analyses sanguines, ainsi qu'une échographie abdominale et un échocardiogramme. Après tous ces examens, ils ont posé un diagnostic d'exclusion de la COVID-19 de longue durée.

Début mai 2022, j'ai pris rendez-vous par courriel dans une clinique de COVID-19 de longue durée dont mon épouse avait entendu parler. Les médecins que j'avais consultés n'avaient plus rien à me proposer; je me sentais coincé.

Je me suis présenté à la clinique avec mes 3 mois et demi d'antécédents et une pile d'examens médicaux qui ne montraient absolument rien. Après un long

interrogatoire et d'autres examens, on m'a dit que mon cas correspondait à la COVID-19 de longue durée. L'équipe a insisté pour que je ménage mes efforts en déterminant le niveau d'activité que je pourrais faire sans me surmener. Il m'a fallu réapprendre quelles étaient mes capacités, puis accroître graduellement mes activités. À part le temps et le repos, c'est sûrement le concept le plus important que j'ai dû intégrer. J'ai encore du mal à accepter que mes progrès évoluent au rythme des mois, pas des semaines.

La nausée et la perte d'appétit ont été les premiers symptômes à disparaître, puis j'ai repris mon poids en 4 ou 5 mois. La fatigue, les étourdissements et l'intolérance à l'effort sont encore là.

Je n'ai pas pu travailler pendant 4 ou 5 mois. Mon travail de vétérinaire dans le secteur des grands animaux est très physique. Les journées sont longues et, à l'époque, je pouvais travailler de nuit et être appelé à n'importe quelle heure. Ce n'est plus le cas : maintenant, je travaille à environ 60% d'une semaine normale. Mon employeur m'a vraiment soutenu, je ne pourrais pas demander mieux. Mon travail, mon épouse et ma famille sont les piliers qui m'ont permis de traverser cette épreuve. Avant, j'étais un homme de 52 ans en bonne santé, sans problème majeur et qui ne prenait pas de médicaments.

C'est très difficile d'être aussi malade sans aucune hypothèse d'explication. Je comprends qu'on ne sait pas toujours, mais il est important de percevoir la lumière au bout du tunnel. Cet été, j'ai échangé avec d'autres personnes qui ont

été atteintes de la COVID-19 de longue durée. Cela serait un grand soulagement pour les patients d'avoir un moyen de parler avec des personnes dans la même situation. L'aspect psychologique de la maladie devrait aussi être mis en lumière. Je prends des médicaments, mais je pense que certaines personnes ont été tentées d'assigner une cause psychologique à tous mes symptômes. En raison de l'incertitude, du manque d'expérience de la COVID-19 de longue durée et du peu de cliniciens capables de me traiter, j'ai eu énormément de mal à recevoir des prestations d'assurance invalidité. Il a été très difficile de constituer un dossier médical avec le détail de tous mes symptômes et de leurs effets pour répondre aux critères de demande d'indemnisation des assureurs. — Le patient a souhaité conserver l'anonymat.

## Tel que raconté à Victoria Saigle MSc

Responsable, Participation des patients, *JAMC*

Cet article n'a pas été révisé par des pairs.

Nous avons obtenu le consentement de la personne concernée pour présenter ce point de vue.

**Propriété intellectuelle du contenu :** Il s'agit d'un article en libre accès distribué conformément aux modalités de la licence Creative Commons Attribution (CC BY-NC-ND 4.0), qui permet l'utilisation, la diffusion et la reproduction dans tout médium à la condition que la publication originale soit adéquatement citée, que l'utilisation se fasse à des fins non commerciales (c.-à-d., recherche ou éducation) et qu'aucune modification ni adaptation n'y soit apportée. Voir : <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.fr>