

« Mon médecin de famille ne savait pas comment m'aider » : une adolescente parle de son diagnostic de COVID-19 de longue durée

■ Citation : *CMAJ* 2023 January 17;195:E84. doi : 10.1503/cmaj.221846-f

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

J'ai commencé à avoir des symptômes de la COVID-19 en avril 2021. Quand j'ai reçu un résultat positif au test de dépistage, je me suis sentie vraiment dégoûtante et j'avais peur de contaminer tout le monde. Mon père présente un risque très élevé; la COVID-19 pourrait le tuer. J'ai eu une première crise d'anxiété dans la salle de bain; cela ne m'était jamais arrivé. La plupart de mes symptômes ont disparu au bout de 8 jours, sauf la fatigue et la perte du goût et de l'odorat, qui ont persisté beaucoup plus longtemps. Je n'avais même pas assez d'énergie pour sortir de ma chambre. Après 10 jours, mon isolement était terminé, mais je ne me sentais pas totalement guérie.

J'arrivais à aller au travail, mais je devais rentrer chez moi presque tous les jours pour faire une sieste pendant 4 ou 5 heures. Puis, j'ai remarqué que je perdais beaucoup de cheveux. Ma mère s'est rendu compte que j'avais des problèmes cognitifs; par exemple, j'oubliais notre conversation après 2 minutes. Notre médecin de famille n'était pas certaine que j'étais réellement malade. Elle s'est contentée de dire que mon corps était peut-être stressé. Ensuite, ma mère m'a emmenée consulter une naturopathe, qui m'a conseillé des suppléments alimentaires pour stimuler mon système immunitaire et lutter contre la fatigue et m'a envoyée faire des analyses sanguines. Les résultats ont montré que j'étais anémique et que j'avais une carence en vitamine D et une forte inflammation.

Je savais que la COVID-19 était une maladie nouvelle, donc je ne m'attendais pas à ce que les médecins sachent quoi faire, mais

c'était vraiment inquiétant de voir que mon médecin de famille ignorait comment m'aider. La naturopathe a au moins essayé, plutôt que de seulement me dire « je ne sais pas ». Elle m'a aussi tout expliqué avec des termes médicaux et avec des mots simples.

Environ 3 mois après mon infection, ma mère a trouvé une étude qui recrutait des patients atteints de la COVID-19 de longue durée. Nous avons parlé au téléphone avec l'équipe et j'ai passé des analyses sanguines. Nous avons ensuite rencontré le médecin [de l'étude] en personne; c'est là que j'ai appris que j'avais des symptômes fréquents chez les patients atteints de la COVID-19 de longue durée. C'était une des seules études prêtes à m'accepter, malgré mes 16 ans. J'étais contente de savoir qu'on pouvait faire quelque chose pour moi. En plus de confirmer que j'étais malade, l'équipe de la COVID-19 de longue durée m'a dit qu'elle allait m'accompagner. Elle est fantastique et à l'écoute.

Pendant un moment, j'arrivais au bout du rouleau tous les 4 jours. Je me sentais bien pendant quelques jours puis, autour du quatrième, il fallait que je dorme pendant 18 heures. Le personnel de la clinique de la COVID-19 de longue durée m'a expliqué que la guérison était progressive et que je devais y aller petit à petit pour éviter de m'épuiser, car mon corps ne supporterait pas l'effort et me forcerait à

me reposer. Il m'a aussi conseillé d'augmenter ma dose de ferritine, car mon taux était encore faible.

La COVID-19 de longue durée a beaucoup perturbé ma vie, l'année dernière et un peu cette année. J'ai presque tout arrêté : la balle rapide, le rugby et l'école. Je ne voyais plus personne. J'ai seulement continué de travailler, mais pas autant qu'avant. En ce moment, je suis encore fatiguée, mais je n'ai plus besoin de faire la sieste plusieurs fois par semaine. Par contre, je n'ai pas retrouvé l'énergie que j'avais avant la COVID-19. — La personne interviewée 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>

Dans leurs propres mots présente des extraits d'entrevues entre le personnel du *JAMC* et des patients, des familles ou des médecins. Ils ont généralement pour objectif d'offrir des points de vue complémentaires et sont liés à un article présenté dans la section Pratique.