LES SYMPTÔMES DE LA COVID-19

Publié le 28 décembre 2021 par Dr Martin Lanoue

- Les symptômes comprennent la fièvre, ou les symptômes du rhume, de la grippe ou même de la gastroentérite.
- La toux n'est donc pas le seul symptôme, et la fièvre n'est pas obligatoire dans la covid-19; plusieurs n'en font pas du tout.
- Il est impossible de différencier la covid-19 d'un autre de ces virus et c'est pourquoi les tests de dépistages sont nécessaires
- Une enquête canadienne menée à la fin de l'année 2022 a révélé que 15 % des Canadiens ayant été infectés par la COVID-19 continuent à éprouver ou ont éprouvé des symptômes persistants.

- En temps de pandémie, la période d'isolement est établie par la santé publique. Cependant, peu importe la durée de cette période, souvenez-vous que vous pouvez être contagieux jusqu'à 10 jours après le début des symptômes et qu'il est préférable de rester prudent pendant tout ce temps afin d'éviter la transmission du virus, surtout envers les personnes vulnérables.

Catégorie: Vaccination, maladies infectieuses et COVID-19
Étiquette: COVID-19

Voir les ressources pour la COVID-19.

La COVID-19 est une maladie infectieuse causée par un virus, le SARS-CoV-2, décrite pour la première fois en 2019. Ce virus appartient à la famille bien connue des coronavirus (CoV), nommés ainsi en raison de leur apparence au microscope électronique, rappelant une couronne solaire. Le nom de cette maladie (COVID) a été déterminé selon certains critères précis connus de la communauté scientifique et a été annoncé par l'OMS le 11 février 2020. Plusieurs hypothèses complètement fausses ont été véhiculées sur le web concernant l'origine de ce nom et un article de l'Agence Science-Presse fait le tour de la question afin de rétablir les faits. L'origine du virus a été la source de plusieurs fausses croyances, mais l'hypothèse la plus plausible (et appuyée par certaines études) est celle de l'origine animale, comme cela a été le cas pour plusieurs autres virus ou pandémies à travers notre histoire.

Il est important de savoir que les symptômes sont très variables d'une personne à l'autre. L'ordre d'apparition ou la nature des symptômes pourraient même changer d'un variant à l'autre selon les mutations subies, ce qui pourrait influencer par le fait même la contagiosité du virus, sa virulence et comment celui-ci se comporte.

Température	Symptômes respiratoires	Symptômes généraux	Symptômes gastrointestinaux
• Fièvre (>38,1˚C) • Prise buccale chez les adultes et rectale chez les enfants de moins de 5 ans	• Toux • Difficulté respiratoire ou essoufflement • Mal de gorge • Congestion nasale inexpliquée ou nez qui coule	• Perte soudaine de l'odorat, avec ou sans perte du goût • Fatigue importante • Perte d'appétit • Douleurs musculaires • Mal de tête	• Nausées • Vomissements • Diarrhées • Mal de ventre

Il n'est pas nécessaire d'avoir la totalité des symptômes, loin de là. Si vous ne vous sentez pas bien, ou que vous avez l'un des symptômes inclus dans le tableau, faites le questionnaire d'auto-évaluation des symptômes afin de savoir si vous nécessitez un dépistage.

cliquez ici pour savoir si vous devez vous faire dépister

En résumé, ces symptômes comprennent la fièvre, ou les symptômes du **rhume, de la grippe ou même de la gastroentérite**.

La toux n'est donc pas le seul symptôme. Et la fièvre n'est pas obligatoire dans la covid-19; plusieurs n'en font pas du tout. Il est impossible de différencier la covid-19 d'un autre de ces virus.

Par exemple, on attrape souvent un ou plusieurs rhumes durant la saison hivernale. Mais saviez-vous qu'il existe plusieurs virus (plus de 200) qui causent le rhume? Il y a plus d'une centaine de rhinovirus qui peuvent le causer, mais il y a aussi des adénovirus, le para-influenza et d'autres types de coronavirus (autre que la covid-19) qui sont saisonniers.

De plus, nous ne sommes pas tous égaux face à la covid-19. Même s'il est vrai que les jeunes sont moins à risque que les personnes de plus de 60 ans et que l'âge représente le plus grand facteur de risque, il est encore difficile de dire qui aura ou non des complications. Nous savons cependant que d'être atteint de certaines maladies chroniques (hypertension artérielle, obésité, maladie cardiaque) sont aussi des facteurs de risque importants.

Chez l'enfant, même si le risque est moins grand, une des complications possibles de la covid-19 (en plus de la covid longue) est un syndrome, semblable à la maladie de Kawasaki, appelé syndrome inflammatoire multisystémique de l'enfant.

Pour infecter notre corps, le virus s'accroche à nos cellules (par les récepteurs ACE2 à leur surface notamment) pour les envahir et ensuite se répliquer. Notre corps tente de se défendre et cela crée de l'inflammation. Dépendamment de l'endroit où se fait l'intrusion ou l'inflammation (dans les poumons, le cœur ou dans l'intestin par exemple), les symptômes seront différents et l'intensité sera variable d'une personne à l'autre.

Pourquoi cela n'est-il pas identique d'une personne à l'autre puisqu'il s'agit du même virus? Probablement une question de génétique selon les scientifiques. L'expression de certains gènes peut changer la facilité avec laquelle le virus entre dans nos cellules. En effet, notre génétique peut déterminer le nombre de récepteurs ACE2 à la surface des cellules, ou encore leur distribution, c'est-à-dire s'ils seront plus ou moins présents dans les poumons, les vaisseaux ou encore les intestins. L'expression de certains gènes peut aussi induire une réponse immunitaire et inflammatoire plus ou moins puissante. Toutes ces variations peuvent donc faire la différence entre un patient qui n'a aucun symptôme (asymptomatique), et celui qui devra se rendre aux soins intensifs avec notamment ce que les cliniciens appellent la « tempête inflammatoire » ou « tempête de cytokines » au niveau

pulmonaire, rendant la respiration très difficile et pouvant mener à l'insuffisance respiratoire.

Les autres complications les plus fréquentes sont la pneumonie, les thromboses (phlébites, embolies), troubles cardiaques (ex. : myocardite), insuffisance rénale et le sepsis (infection grave du corps).

Aussi, les médias ont souvent mis l'accent sur les décès liés à la covid-19, ainsi que les hospitalisations. Or, bien que ce soient les complications les plus graves, plusieurs personnes infectées, chez les jeunes notamment, ont été hospitalisées moins longtemps ou ne l'ont pas été du tout, mais ont encore des séquelles de la maladie. En effet, certains présentent des symptômes de fatigue chronique, des problèmes respiratoires persistants (essoufflements), ou encore une perte du goût et de l'odorat, même s'ils sont en théorie « rétablis ».

Avant l'arrivée d'Omicron, on estimait que **50% des patients** atteints de covid ***sévère*** ayant été hospitalisés développeraient la covid longue, et que ce taux serait de **33% (1/3)** chez les patients ayant eu une maladie ***légère*** ou asymptomatique. Depuis Omicron, une enquête canadienne menée à la fin de l'année 2022 a
révélé que 15 % des Canadiens ayant été infectés par la COVID-19 continuent à
éprouver ou ont éprouvé des symptômes persistants.

On peut lire sur le site web de Santé Canada que:

« Le syndrome post-COVID-19 est relativement nouveau et les recherches à ce sujet se poursuivent. Nous avons publié les résultats préliminaires de l'Enquête canadienne sur la santé et les anticorps contre la COVID-19 en octobre 2022. L'enquête a révélé qu'environ 15 % des adultes ayant contracté la COVID-19 ont présenté, ou présentent encore, des symptômes à plus long terme 3 mois ou plus après leur infection initiale par la COVID-19.

Parmi les adultes présentant des symptômes à plus long terme :

- 47 % ont eu des symptômes pendant 1 an ou plus
- 21 % ont déclaré que leurs symptômes limitaient souvent ou toujours leurs activités quotidiennes
- 74,1 % de ceux travaillaient ou allaient à l'école se sont absentés du travail ou à l'école en raison de leurs symptômes
- en moyenne, ces adultes ont manqué environ 20 jours chacun

Ces résultats correspondent à ceux d'autres études internationales.»

Voyez notre article sur la covid longue

Si nous n'avons pas vraiment de contrôle sur notre génétique, nous en avons sur notre environnement. Il existe des facteurs protecteurs contre la covid-19. Nous savons donc que de viser un poids santé, de

pratiquer de l'activité physique régulière (être actif), et que d'avoir une bonne alimentation faible en sucre et en gras mais riche en fruits et en légumes est extrêmement bénéfique et peut modifier l'expression de ces mêmes gènes.

Il est important de comprendre que ces mesures ne remplacent pas la vaccination et que cette dernière demeure la meilleure protection contre la covid-19 (en effet, en date de décembre 2021, on estimait qu'une personne NON-vaccinée avait 15X plus de risque d'être hospitalisée).

Néanmoins, l'adoption de saines habitudes de vie permettront au long cours d'éviter d'être atteint d'une maladie chronique comme le diabète ou une maladie cardiaque, et permettront donc de diminuer considérablement le risque de complications aux infections, que ce soit la covid-19 ou tout autre type de germe.

Voyez notre articles sur les saines habitudes de vie

Que faire si j'ai un test positif à la covid-19?

Pour les différents traitements et conseils pour atténuer les symptômes de la covid-19, visitez notre article sur le sujet (dernière section de l'article) pour plus de détails.

Évolution des symptômes

Pour les plus récents détails sur l'évolution des variants de la COVID-19, svp vous référer à notre article Info-COVID.

En moyenne, les symptômes apparaissent 5 jours après avoir été en contact avec une personne infectée. Cependant, la période d'incubation peut aller jusqu'à 14 jours et il se pourrait donc que ce soit dans les 14 derniers jours que votre infection ait eu lieu.

De plus, il est à noter qu'une personne est considérée contagieuse 48 heures avant le début des premiers symptômes (si la personne n'a pas de symptôme, on considère 48 heures avant le test positif). Il faudra donc avertir les personnes avec qui le cas positif a été en contact dans les 48 heures précédentes.

Les symptômes de la covid-19 peuvent varier d'une personne à l'autre et l'intensité aussi. Certains n'auront que très peu de symptômes, alors que d'autres auront des complications importantes (voir l'article sur les symptômes et les complications de la covid-19). Si vous avez des symptômes, isolez-vous et faites un test de dépistage. En temps de pandémie, la période d'isolement est établie par la santé publique. Cependant, peu importe la durée de cette période, souvenez-vous que vous pouvez être contagieux jusqu'à 10 jours

après le début des symptômes et qu'il est préférable de rester prudent pendant tout ce temps afin d'éviter la transmission du virus, particulièrement envers les personnes vulnérables.

Dernière mise à jour: 2023-09-06

Mise en garde importante

Les informations retrouvées dans cet article sont basées sur les données les plus récentes en date de la publication, mais pourraient changer selon la situation épidémiologique ou selon de nouvelles études. Continuez à rester informés via les conférences de Presse du gouvernement et .

Dossier COVID-19

INFO-COVID

1 juillet 2022

Approche Syndromique : comment bien vivre avec le virus

19 mai 2023

Santé mentale et covid-19

29 décembre 2021

La covid longue ou syndrome post-covid

28 décembre 2021

Dépistage et traitement de la covid-19

28 décembre 2021

Prévenir la transmission de la covid-19

28 décembre 2021

La vaccination contre la COVID19

28 mai 2021