

Les enfants peuvent-ils souffrir d'un COVID long ?

Les affections post-COVID semblent moins fréquentes chez les enfants et les adolescents, mais des effets à long terme peuvent survenir. Les jeunes enfants peuvent avoir du mal à décrire les problèmes qu'ils rencontrent.

Les administrateurs, conseillers et infirmières scolaires peuvent travailler avec les familles et les professionnels de santé pour aider les enfants souffrant de troubles post-COVID, en particulier ceux qui ont des difficultés de réflexion, de concentration ou des problèmes physiques.

Quels sont les symptômes du COVID long ?

Les troubles post-COVID peuvent inclure un large éventail de problèmes de santé persistents ; ces troubles peuvent durer des semaines, des mois ou plus longtemps. Parfois, les symptômes peuvent même disparaître ou réapparaître par la suite.



Symptômes courants du COVID long

Généralités

- Fatigue ou épuisement qui interfère avec le quotidien
- Les symptômes peuvent s'aggraver après un effort physique ou mental
- Fièvre

Troubles neurologiques

- Difficultés à réfléchir ou à se concentrer
- Maux de tête
- Insomnies
- Étourdissement en se relevant
- Engourdissements
- Changement dans l'odorat et le goût
- Dépression ou anxiété

Troubles respiratoires et cardiaque

- Difficultés respiratoires et essoufflement
- Toux
- Douleurs dans la poitrine
- Palpitations

Autre

- Douleurs musculaires et articulaires
- Éruption cutanée
- Changement dans le cycle menstruel

Troubles digestifs

- Diarrhée
- Douleurs à l'estomac



COVID long : Connaissez les faits



Trouvez un vaccin contre le COVID-19 !



Trouvez un traitement contre le COVID-19 !



Boston Public Health Commission
Infectious Disease Bureau
1010 Massachusetts Avenue
Boston, MA 02118
www.boston.gov/bphc
617-534-5611

À compter du 14/10/2022

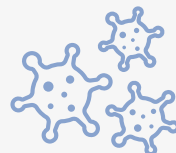
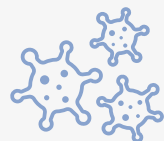
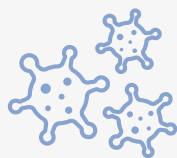
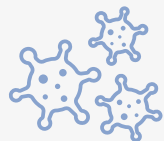
Consultez le site www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/long-term-effects pour les dernières informations.

Qu'est-ce que le COVID long ?

Certaines personnes qui ont contracté le virus responsable du COVID-19 peuvent **ressentir les effets de la maladie sur le long terme**. Le COVID long est également connu sous le nom de syndrome COVID chronique ou syndrome post-COVID-19.

Comment prévenir un long COVID ?

La meilleure façon de prévenir les effets post-COVID est de se protéger et de protéger les autres contre l'infection. Pour les personnes éligibles, **rester à jour avec les vaccins contre le COVID-19** peut permettre de prévenir l'infection par le COVID-19 et de se protéger contre une maladie grave.



Quelles sont les personnes touchées par le COVID long ?

Le plus souvent, ce sont les personnes qui ont contracté une forme sévère du COVID-19, mais **toute personne qui a eu le COVID-19 peut souffrir du COVID long**, même les personnes qui ont eu des symptômes légers ou qui ont été asymptomatique.

Autres groupes à risque :

- Les personnes qui ont contracté une forme sévère du COVID-19, en particulier celles qui ont été hospitalisées ou ont eu besoin de soins intensifs.
- Les personnes qui avaient des problèmes de santé sous-jacents avant le COVID-19.
- Les personnes qui n'ont pas été vaccinées contre le COVID-19.
- Les personnes qui souffrent d'un syndrome inflammatoire multisystémique (ISM) lorsqu'elles ont contracté le COVID-19 ou après.

Comment vivre avec un COVID long ?

Les meilleurs types de traitements qui peuvent permettre de traiter le COVID long sont encore à l'étude. Cependant, il existe des **mesures que vous pouvez prendre pour gérer les symptômes** :

- Faites des pauses pour ne pas regarder, lire ou écouter les informations, y compris les réseaux sociaux. **Entendre parler de COVID-19 constamment peut être perturbant.**
- Prendre soin de son corps.
 - Respirez profondément, étirez-vous, méditez ou pratiquez la concentration.
 - Essayez de manger des plats sains et équilibrés.
 - Faites de l'exercice physique si vous le pouvez. Soyez à l'écoute de votre corps.
 - Reposez-vous suffisamment.
 - Évitez l'alcool et les drogues.
- Prendre du temps pour se relaxer. Si vous vous en sentez capable, essayez de faire des activités que vous aimez.
- Communiquer avec les autres. Parlez à des personnes en qui vous avez confiance de vos préoccupations et de ce que vous ressentez.