COMPRENDRE **LE COVID LONG**

ÉTAT DES CONNAISSANCES SCIENTIFIQUES
Pour aller plus loin · Dr Marc Jamoulle · Juillet 2026

1 LE DÉPART : L'INFECTION

Après une infection par le SARS-CoV-2, la plupart des personnes guérissent complètement. Chez certaines personnes, enfants comme adultes, des symptômes peuvent persister ou apparaître après l'infection et évoluer vers un COVID long.

Les symptômes du COVID long apparaissent généralement dans les trois mois après l'infection et persistent pendant au moins deux mois.

Selon l'OMS, environ 6 % des personnes récemment infectées par le SARS-CoV-2 développeraient un COVID long.

2 CE QUI PEUT SE PASSER DANS L'ORGANISME

Chez les personnes souffrant de COVID long, plusieurs mécanismes biologiques peuvent agir simultanément.

Persistance virale (possible)

Le système immunitaire se dérègle

Petits vaisseaux abîmés

Énergie des cellules réduite

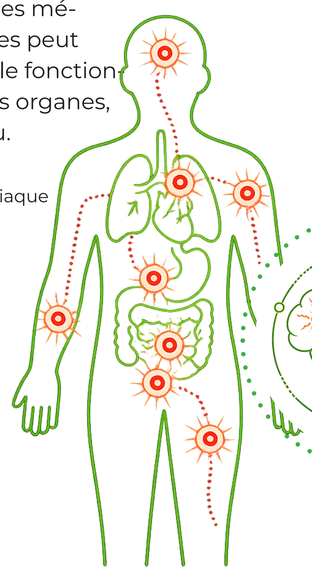
Inflammation continue

Microbiome perturbé

3 LES EFFETS SUR LE CORPS

L'interaction entre ces mécanismes biologiques peut contribuer à altérer le fonctionnement de plusieurs organes, y compris le cerveau.

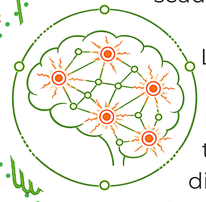
- **Cœur:** fatigue, rythme cardiaque
- **Poumons:** essoufflement
- **Muscles:** douleurs, faiblesse
- **Intestin:** digestion difficile
- **Reins**
- **Autres** organes



Les connaissances scientifiques progressent encore mais certaines conséquences restent aujourd'hui incomplètement comprises.

LES EFFETS SUR CERVEAU ET SON FONCTIONNEMENT

Le COVID-19 peut, chez certaines personnes, entraîner des atteintes directes du cerveau. Il peut également, par la réaction de l'organisme, perturber le fonctionnement des réseaux cérébraux.



Le cerveau est chargé de la régulation de toutes les fonctions vitales. L'inflammation des neurones peut entraîner un dérèglement des différents systèmes de l'organisme.

On parle alors de dysrégulation neuro-systémique.

Cette dérégulation peut provoquer des symptômes qui ne s'expliquent pas toujours par des anomalies visibles lors des examens médicaux habituels.

Elle peut affecter les fonctions physiques, cognitives, émotionnelles ainsi que la régulation de nombreuses fonctions de l'organisme.

4 LES CONSÉQUENCES AU QUOTIDIEN

Symptômes fluctuants
(jours bons et jours difficiles)

Réduction de la capacité
à travailler, étudier ou réaliser les activités du quotidien

Épuisement persistant
malgré le repos

Les symptômes du COVID long peuvent avoir un impact important sur la vie quotidienne.

Difficultés physiques, cognitives et émotionnelles

Réduction de la participation à la vie sociale et familiale

5 IMPACT SUR LA VIE

Au-delà des symptômes, **la maladie peut profondément modifier le parcours de vie.**

- Changements dans la vie personnelle
- L'état de santé est très altéré
- Difficultés à s'adapter
- Stress, anxiété, tristesse possible
- Impact sur les relations et la vie sociale

6 ACCOMPAGNEMENT, RECHERCHE ET ESPOIR

Le COVID long peut entraîner des limitations importantes, fluctuantes et durables, avec un impact majeur sur la qualité de vie. Des soins adaptés, le soutien de l'entourage et des aménagements personnalisés peuvent parfois aider à mieux faire face aux conséquences de la maladie, mais ils ne constituent pas un traitement permettant d'en guérir.

Chaque personne atteinte de COVID long suit **un parcours qui lui est propre.**

LA RECHERCHE, UN ESPOIR ESSENTIEL

À ce jour, il n'existe pas de traitement permettant de guérir le COVID long. La recherche progresse pour mieux comprendre les mécanismes de la maladie, identifier des traitements efficaces et améliorer la prise en charge des personnes qui en souffrent.Ces avancées sont essentielles face à une maladie qui peut profondément et durablement bouleverser la vie des patients et de leur entourage.

En Belgique, les estimations basées sur les données internationales suggèrent que des centaines de milliers de personnes — adultes, adolescents et enfants — ont été touchées par le COVID long.
Beaucoup en souffrent encore aujourd'hui, et de nouveaux cas continuent d'apparaître.

Remerciements (classés par ordre alphabétique) :
Tomaso Antonacci · Laetitia Delestienne · Florence Herschke · Dr Marc Jamoulle · Dominique Lugowski · Ann-Yvonne Lurot · Alexandre Muylle · Dr Serhan Soylu · Antonella Tozzo · Pascale Wauters

Date de publication : 25 juillet 2026
Dernière mise à jour : 20 septembre 2026

Long Covid Belgium (ASBL)
longcovidbelgium.be