

Des Suisses tentent d'améliorer leurs symptômes par un «lavage» de sang ou une perfusion de vitamines. À leurs risques et périls.

Sophie Simon

Comme chaque maladie sans traitement, le Covid long n'échappe pas à la règle des patients désespérés prêts à tout pour s'en sortir. Des thérapies alternatives, plus ou moins fantaisistes, fleurissent en Suisse et à l'étranger, promettant monts et merveilles pour des tarifs parfois prohibitifs et par le biais de pratiques jugées dangereuses. La Dr^{ce} Mayssam Nehme, qui coordonne la consultation post-Covid au sein des HUG, fait le point.

Que penser des traitements alternatifs pour le Covid long?

Ça dépend. On croit vraiment à une approche intégrative, c'est-à-dire à une complémentarité entre la médecine conventionnelle et d'autres thérapies complémentaires. Aujourd'hui, face à des maladies où il n'y a pas de traitement médicamenteux pur, l'approche intégrative est bénéfique. Le message essentiel, c'est de dire aux personnes d'en discuter avec leur médecin traitant. Certaines vont peut-être aller dangereusement essayer des thérapies qui ne sont pas adaptées du tout, qui comportent des risques et n'ont pas été étudiées. Ça ne veut pas dire

Covid long: gare aux remèdes alternatifs

qu'on est complètement fermés à tout, bien au contraire, on en propose plusieurs.

Lesquelles?

Les thérapies qu'on propose permettent d'améliorer certains symptômes, par exemple l'hypnose pour les troubles du sommeil, les maux de tête et les troubles de la concentration. Cela permet de calmer le cerveau et de l'aider à se rétablir. Pour l'acupuncture, on a eu des retours positifs et négatifs. Cela dépend des personnes, de l'acupuncteur et des symptômes. Certains patients nous ont dit que ça les a beaucoup aidés pour les maux de tête. D'autres ont une hypersensibilité, donc mettre des aiguilles est très douloureux; ils n'ont pas pu le tolérer. **L'Institut Jacques-Dalcroze propose des ateliers de rythmique pour le Covid long, en traitement de groupe. C'est notamment pour la fatigue et les capacités cognitives.** La physiothérapie adaptée et le shiatsu peuvent aussi aider.

Vous n'avez pas évoqué des techniques très en vogue, comme le «lavage de sang» ou la perfusion de vitamines C à haute dose...

«Le vrai danger, ce sont ces cliniques privées, qui ont essayé de faire des programmes de cure.»



Mayssam Nehme
Docteure
aux HUG

Ce sont des choses que les gens essaient par désespoir, et c'est notre limite. Si la personne n'a pas de carence, lui donner de hautes doses de vitamines est futile, et il y a un risque de toxicité. Les partisans de l'aphérèse (*ndlr: prélever du sang et le réinjecter après en avoir extrait certains composants*) partent du principe qu'il y aurait des anticorps ou des molécules dans le sang qui font que les symptômes post-Covid restent à long terme. Le but est donc de filtrer le sang, de l'épurer. Mais on n'a aucune preuve, c'est très invasif et il y a des risques de modification de la coagulation du sang. Il y a aussi la molécule BCO07, qui a été utilisée en Allemagne et a fait beaucoup de bruit, or il serait important d'effectuer des essais cliniques d'abord pour comprendre les risques et bénéfices avant de se prononcer.

Combien coûtent tous ces traitements?

L'hypnose est prise en charge par l'assurance de base, c'est déjà bien. Pour l'acupuncture et d'autres, c'est uniquement par l'assurance complémentaire. Le vrai danger, ce sont ces cliniques privées, qui ont essayé de faire des programmes de cure. Il faut vraiment être attentifs.

Ces cliniques vendent un peu le rêve à 15'000 francs la cure de deux semaines. On préconise plutôt de la réadaptation ambulatoire, car elle peut donner les bons outils à la personne dans son quotidien.

Y a-t-il des avancées récentes sur le front du Covid long?

Aux HUG, on commence un essai clinique. Il s'agit d'un traitement d'anticorps monoclonaux (*ndlr: qui proviennent de la même cellule initiale*), qui va viser une protéine qui pourrait être provoquée par le Covid, et qui a démontré dans d'autres maladies qu'elle pouvait être associée à des symptômes neurologiques. Cela pourrait nous prendre au moins un an pour avoir des résultats. On est aussi en train d'évaluer la prévalence du Covid long avec les variants d'omicron BA1, BA2 et BA5.

Combien de patients votre unité suit-elle désormais?

Nous avons effectué plus de 2000 consultations, ce qui représente 900 patients environ. Certains ne viennent pas chez nous car ils arrivent à gérer avec leur médecin traitant. Nous nous occupons des patients avec des symptômes plus sévères.