

Symptômes caractéristiques de l'EM et de la COVID longue

Pour poser un diagnostic, il faut la présence de tous les symptômes suivants :

- **Épuisement extrême** qui n'est pas amélioré par le repos et qui nuit aux activités quotidiennes
- **Malaise post-effort (MPE)** – Aggravation des symptômes après un effort physique, mental ou émotionnel
- **Sommeil perturbé ou non réparateur**

Et au moins un des symptômes suivants :

- **Troubles cognitifs (brouillard cérébral)**, comme des problèmes de mémoire, de concentration, de cognition ou d'élocution
- **Intolérance orthostatique** – Étourdissements, vertiges ou évanouissements lors du passage en position debout ou assise

Autres symptômes pouvant survenir en cas de COVID longue :

- Toux, douleur à la poitrine, difficultés respiratoires
- Perte persistante du goût ou de l'odorat

Symptômes caractéristiques de l'EM et de la COVID longue

Autres symptômes pouvant survenir dans les deux cas :

- Douleurs articulaires et courbatures généralisées, céphalées
- Hypersensibilité à la lumière, aux sons, aux odeurs, aux vibrations, aux textures, ainsi qu'à certains aliments ou produits chimiques
- Symptômes de fièvre, ganglions douloureux ou gonflés, maux de gorge, acouphènes
- Symptômes cardiovasculaires, comme des irrégularités du rythme cardiaque
- Sensation de manquer d'oxygène (manque d'air)
- Problèmes digestifs (ballonnement, douleur abdominale, nausées, diarrhée ou constipation)
- Transpiration, frissons, difficulté à tolérer la chaleur ou le froid
- Éruptions cutanées et œdème

Les fonctions affectives (émotions) peuvent être altérées, avec notamment la présence d'anxiété et de variations de l'humeur légères à sévères.

La dépression peut également survenir, en réaction à l'EM plutôt qu'en tant que cause.

Symptômes caractéristiques de l'EM et de la COVID longue

Parcours vers le diagnostic

Il n'existe actuellement aucun examen ou biomarqueur unique pour confirmer le diagnostic d'EM ou de COVID longue. Ainsi, ces deux maladies sont diagnostiquées :

1. à partir de leur longue liste de symptômes, qui peuvent varier considérablement d'un jour à l'autre et d'une personne à l'autre. Voir les symptômes de l'EM et de la COVID longue sur la page <https://www.mefm.bc.ca/symptoms-and-diagnosis> (en anglais) ou [ici](#) (en français).
2. en excluant d'autres maladies dont les symptômes sont communs ou se chevauchent. Certains examens peuvent être utiles. Consulter la page : https://batemanhornecenter.org/wp-content/uploads/filebase/Testing-Recs-MECFS-Clinician-Coalition-V1-Feb.-2021_2.pdf (en anglais).
3. Remarque : le diagnostic requiert la persistance des symptômes pendant plusieurs semaines :
 - six mois pour les adultes (EM)
 - trois mois pour les enfants (EM)
 - trois mois pour tout le monde (COVID longue)

Symptômes caractéristiques de l'EM et de la COVID longue

Certains outils sont à la disposition de votre médecin, par exemple :

1. la liste des symptômes ci-dessus
2. un résumé sur le site web [healthlinkbc](#) (en anglais)
3. un guide clinique des [National Academies](#) (en anglais), anciennement Institute of Medicine [IOM], 2015
4. les [Critères du consensus canadien \(EM\)](#) (en anglais)
5. le [National Institute for Care and Excellence](#) (en anglais)
6. la [définition de cas clinique de l'OMS pour la COVID longue](#) (en anglais)
7. [l'outil d'aide à la prise en charge de l'INESSS](#) [ajout de l'AQEM]

S'il ou elle se sent à l'aise pour le faire, votre médecin de famille peut vous poser un diagnostic.