



# Rhume, grippe ou COVID-19 ?

« *Je n'ai quand même pas attrapé le coronavirus ?* » Avec l'hiver qui approche et, avec lui, la saison des rhumes et de la grippe, la question va souvent se poser. Un simple rhume ? Une inflammation des voies respiratoires supérieures ? Une grippe ? Ou la COVID-19 ?

L'infection RSV, la grippe et la COVID-19 sont trois maladies virales qui touchent les voies respiratoires, et elles ont beaucoup en commun. Comme les virus se transmettent de la même manière, les mêmes mesures (une bonne hygiène des mains, garder ses distances...) s'appliquent pour prévenir l'infection.

## Les symptômes

D'après le *European Scientific Working group on Influenza (ESWI)*, « *les symptômes cliniques de la COVID-19, de la grippe et du RSV (un virus qui affecte les voies respiratoires supérieures) se chevauchent largement. Un bon diagnostic de laboratoire est donc essentiel, d'autant que les trois infections peuvent coexister et influencer, tant positivement que négativement, sur la sévérité les unes des autres. Heureusement, plus de 80 % des personnes infectées par la COVID-19 présentent des symptômes relativement légers.* »

Selon l'OMS, la fièvre (> 38°C) et la toux sèche - respectivement dans 88 % et 68 % des cas - sont les plaintes les plus courantes chez les patients infectés par le coronavirus. Mais ces plaintes sont également présentes avec la grippe. Et selon l'ESWI, il en va de même pour la perte soudaine d'odorat/de goût (sans congestion nasale) et les affections pulmonaires graves.

De nombreux autres symptômes peuvent se présenter tels que la fatigue, la diarrhée ou une éruption cutanée,

mais ils sont rares et non typiques de la COVID-19. Les seuls symptômes « typiques » de la COVID-19 sont les difficultés respiratoires (dyspnée), bien que la grippe puisse également induire des symptômes asthmatiques menant à des problèmes respiratoires.

## Les différences

La grippe et la COVID-19 présentent surtout de nombreuses similitudes. L'OMS pointe toutefois une différence dans la période d'incubation. La grippe se développe rapidement, en 1 à 4 jours, tandis que les premiers symptômes de la COVID-19 n'apparaissent qu'après 5 à 6 jours en moyenne (et jusqu'à 14 jours dans les cas extrêmes). Outre le fait qu'il existe un vaccin contre la grippe et pas encore contre

la COVID-19, la principale différence entre les deux affections concerne les groupes à risque.

« *Si les groupes à risque de la grippe et de la COVID-19 se chevauchent largement* », explique le *European Scientific Working group on Influenza*, « *il est intéressant de noter que les enfants et les femmes enceintes, qui sont à haut risque de grippe, le sont beaucoup moins pour la COVID-19.* » De plus, les enfants jouent un rôle important dans la propagation du virus de la grippe, alors que ce n'est pas le cas du coronavirus.

## PLUS D'INFOS

- OMS : [www.bit.ly/2GRgyJA](http://www.bit.ly/2GRgyJA)
- ESWI : [www.bit.ly/3htzT04](http://www.bit.ly/3htzT04)

## Comment voir si un enfant a la COVID-19 ?

« *Les symptômes des enfants atteints de COVID-19 ne peuvent être distingués de ceux d'autres affections respiratoires comme le rhume* », a déclaré Petra Schelstraete, professeure de pédiatrie à l'UZ Gent, il y a quelques semaines au journal flamand *De Standaard*. « *La moitié des enfants qui contractent le virus SRAS-CoV-2 ont de la fièvre et toussent.* »













Selon la professeure gantoise, il existe des critères pour déterminer si un enfant (ou un adulte) est un « cas possible » de COVID-19. « *Il ou elle ressent soudainement au moins un de ces symptômes : toux, essoufflement, pression dans la poitrine, perte d'odorat ou de goût ; ou au moins deux des symptômes suivants : fièvre, douleurs musculaires, fatigue, écoulement nasal, maux de gorge, maux de tête, perte d'appétit, diarrhée aqueuse, confusion aiguë, chute soudaine (ces trois derniers symptômes surviennent surtout chez les personnes âgées).* »

En principe, les enfants de moins de 6 ans ne sont pas testés pour la COVID-19. « *Pour la plupart, il n'est pas non plus important de savoir s'ils sont infectés ou non par le coronavirus. Ils ont une évolution légère de la maladie. De plus, le virus se propage principalement entre adultes et moins des enfants aux adultes. Même lors de contacts étroits, le risque de transmission entre enfants est plus faible que chez les adultes.* »

## Conseil

Sur MyAPB, vous trouverez une fiche patients qui répond à une série de questions sur la COVID-19 : *Quels sont les symptômes les plus importants ? Que faire si on présente ces symptômes ? Que faire en cas de test positif ? Ou si on a été en contact avec une personne positive ?* A retrouver via <https://bit.ly/2E1H8P9>.

Dans ce tableau, nous avons répertorié les symptômes les plus courants de la COVID-19, de la grippe et du rhume. Ceci n'a qu'une valeur indicative. Pour savoir s'il s'agit de la COVID-19, il faut se faire tester...

	COVID-19	Grippe	Rhume
 Fièvre	Souvent	Souvent	Rarement
 Toux sèche	Souvent	Souvent	Rarement
 Fatigue	Parfois	Souvent	Parfois
 Dyspnée	Parfois	Non*	Non
 Douleurs articulaires	Parfois	Souvent	Souvent
 Maux de gorge	Parfois	Parfois	Souvent
 Maux de tête	Parfois	Souvent	Rarement
 Frissons	Parfois	Souvent	Non
 Nausées/vomissements	Rarement	Parfois	Non
 Nez bouché ou qui coule	Rarement	Parfois	Souvent
 Diarrhée	Rarement	Parfois	Non
 Eternuements	Non	Non	Souvent

Source: OMS

\* La grippe peut provoquer des troubles asthmatiques et donc indirectement entraîner une dyspnée.