

# Ces pensées suicidaires qui assaillent tant de patients atteints de Covid long



L'anxiété et la durée des symptômes du Covid long entraînent une dégradation de l'état général des patients, notamment sur le plan psychologique.

Avec Xavier Briffault

**Atlantico :** Alors qu'une part majeure de la population a été affectée par le Covid-19 sans gravité, certains patients souffrent d'un « Covid long » avec des symptômes souvent contraignants sur le long terme. Et la durée de cette maladie chronique fait si souffrir qu'elle conduit à [une augmentation des pensées suicidaires](#) . Comment le « Covid long » joue-t-il sur le nombre de tentative de suicide ?

**Xavier Briffault :** Tout d'abord, je pense qu'il faudrait plutôt appeler ce « Covid long » syndrome post-Covid. Il s'agit d'effets initialement générés par le virus, mais qui persistent alors que le virus a probablement disparu, et même après une infection pas nécessairement grave. Il peut s'agir d'atteintes neurocognitives, de troubles de la mémoire, d'une sensation de brouillard mental, des douleurs diffuses, des troubles de l'humeur... S'ajoute à cela une anxiété majorée car les patients ne savent pas ce qu'ils ont. Souvent, ils ne trouvent pas de solution,

les symptômes persistent et cela majore le risque de dépression, et subséquemment le risque suicidaire.

Dans certains cas, la durée du syndrome post-Covid donne l'envie d'en finir car on ne voit pas d'autre solution pour calmer des symptômes qui génèrent, en particulier lorsqu'ils s'associent à la dépression et au sentiment d'impasse, une souffrance qui peut devenir intolérable pour certaines personnes. Les symptômes du syndrome post-Covid, sont polymorphes, variables, peu spécifiques, et le tableau évoque d'autres situations compliquées tels les syndromes post-Lyme, la fibromyalgie, le syndrome de fatigue chronique... Autant de situations qui sont connues pour engendrer des difficultés de diagnostic différentiel avec des problématiques psychiatriques, et peuvent être à l'origine d'une errance médicale qui va elle-même être la cause d'une dégradation de l'état général de la personne. Le sentiment d'impasse et d'avenir ruiné peut alors devenir submergeant, au point qu'il peut devenir suicidogène.

### **Comment l'infection joue-t-elle sur l'état général du patient ?**

L'infection au Sars-Cov-2 a des effets physiologiques avérés en termes d'inflammation qui est elle-même un élément impliqué dans la genèse des troubles psychiatriques, en particulier de la dépression, mais aussi de la douleur physique. Quand cette douleur devient intolérable et paraît sans issue, elle est un élément déclencheur majeur du passage à l'acte suicidaire, d'autant plus lorsqu'elle vient perturber le sommeil et les relations sociales. Par ailleurs le virus est neurotrope, il infecte le cerveau et crée des dégâts locaux en perturbant les circuits neuronaux et la production de neuromédiateurs. Ces derniers étant impliqué dans la dépression et le mécanisme du suicide, on a donc un phénomène complexe, à la fois physiologique, psychologique, relationnel et social.

### **Comment le Covid a fait évoluer le nombre de tentatives de suicide en France ?**

En France, avant le Covid, le suicide c'était 12 000 morts par an, 200 000 tentatives sur environ trois millions de personnes présentant une dépression chaque année. Depuis le début de la crise sanitaire, on a multiplié par deux ou trois le nombre de personnes présentant un état dépressif avéré selon l'enquête Covid Prev de Santé Publique France, ainsi que des troubles du sommeil. Ce sont des troubles qui majorent de façon très importante le risque de passage à l'acte suicidaire. De ce simple fait, on pouvait s'attendre à une augmentation des passages à l'acte sous la forme de tentative ; on l'observe effectivement dans les passages aux urgences, en particulier chez les jeunes.

Un suicide est le fait de se tuer volontairement. La cause la plus proximale d'un suicide est une souffrance atroce, intolérable, associée au fait qu'on ne parvient plus à trouver d'autre solution que de se tuer pour la supprimer. Les gens ne veulent pas mourir ; ils veulent arrêter de souffrir. Le risque de suicide est très augmenté par la dépression, en particulier lorsqu'elle est sévère et associée à des traits de caractères spécifiques que sont l'impulsivité, l'hostilité et des troubles des fonctions exécutives comme la capacité à raisonner et à trouver des solutions. La notion de douleur est extrêmement importante dans cette situation car la souffrance psychologique de la dépression est aussi une douleur physique, qui peut être

envahissante et impossible à dépasser. Il existe nombre de solutions efficaces pour gérer ces douleurs, parmi lesquelles les consultations spécialisées en algologie.

**Aujourd'hui, vers qui devrait se tourner une personne atteinte de Covid long ayant des pensées suicidaires ?**

Aujourd'hui, il y a un numéro spécial suicide à appeler : le 31 14 ([3114.fr](https://www.3114.fr)) . C'est un numéro d'écoute avec un accueil par des professionnels de santé spécialisés dans la prise en charge des personnes suicidaires et en très grande souffrance, capables de proposer immédiatement des solutions efficaces, et d'orienter la personne vers les soins les plus pertinents. En cas de pensées suicidaires ou de souffrance intense, chez soi-même ou chez un proche, ce numéro est joignable 24h sur 24, 7 jours sur 7.

Rappelons également que la disponibilité immédiate de moyens de se tuer accroît de façon importante le risque de passage à l'acte. Lorsqu'on se sent très mal, il est bon de rendre inaccessibles les moyens létaux.