

À quoi ressemble le Covid long ?



Souffle court

"... le bas de la cage thoracique est comme serré dans une bande, je ne peux pas gonfler mes poumons"



Perte du goût, de l'odorat



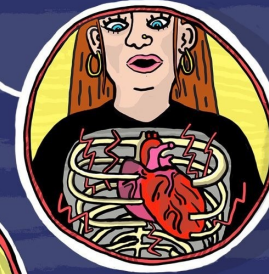
Réflexion sur l'impact des symptômes :

"J'ai l'impression d'être piégé dans un corps que je ne reconnais pas. J'avais l'habitude de courir 5 km 3 à 4 fois par semaine, j'étais très sociable et performant au travail"



Palpitations

"... comme si mon coeur se cognait contre ma cage thoracique et allait bondir hors de ma poitrine"



c'est plus comme s'il y avait un mur de briques dans mon cerveau, coupant la moitié de ce qu'il y a dedans... le simple fait d'essayer d'y accéder revient à lui donner un coup de marteau; complètement inutile, douloureux, épuisant émotionnellement et stressant

Problèmes gastriques, ballonnements et nausée

"J'ai des épisodes de quelques semaines à quelques mois d'intervalle, qui commencent toujours en mangeant ou immédiatement à la fin du repas, ce sont des douleurs abdominales sévères, des crampes et une diarrhée qui dure de 24 heures à une semaine"



Brouillard cérébral

"Ma tête est comme remplie de coton. Je suis incapable de me concentrer pour lire, je mélange les mots et j'oublie ce que je viens de dire"

Douleurs articulaires

"J'ai l'impression que mes articulations ont été brisées avec un marteau de forgeron"



Céphalées

"Le brouillard cérébral est souvent précédé d'un étai qui se connecte à mon crâne et commence à se serrer"



"Le niveau de fatigue peut varier en intensité mais ne vous donne jamais de répit. Vous commencez toujours la journée comme un téléphone à demi chargé et vous devez adapter vos activités en fonction"

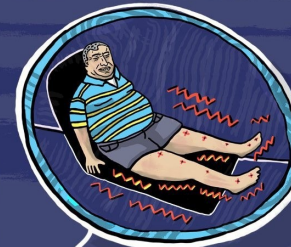
Fatigue

"ça englobe tout mon être, ça afflue de manière incontrôlable comme un poids sur mon corps Me laissant incapable de bouger..."



Corps électrisé

Les jambes grésillantes ou agitées donnent l'impression d'être constamment "allumées" et tendues avec une sensation de picotement



Acouphènes



Insomnie

"c'est comme une charge électrique qui empêcherait la moindre partie de moi-même de se relaxer"



Thank you to those who provided their time to share their experiences on the VOICE_Global platform.

Special thanks and credit to:

Sam, Wendy Irving, Emma Brackenbury, Lesley-Anne James, Georgie T, Ian T Bell, JanRob, imissmylife, becky.mole, TLA77, Emily Parrett and Nikki Smith, whose experiences have been used in developing this poster.

Illustrations and design by Monique Jackson



Imperial College London

Voice