

COVID19 – l'urgence ? Casser la chaîne de contamination de la PEUR !

P Lamour, le 20/08/2020

Trop de confusion autour du COVID, comment y voir plus clair ?

Devant la foule d'informations contradictoires et loin de vouloir accentuer la confusion qui règne autour du COVID19, je vous propose une lecture des faits et une interprétation qui ne prétend pas être LA vérité mais qui veut offrir des pistes de réflexion et de réassurance...

Globalement cette épidémie déroute un peu les chercheurs même si les plus honnêtes d'entre eux savent que la science est bien plus faite d'incertitudes que de certitudes... On a tous l'expérience d'avis médicaux différents pour des mêmes symptômes et la médecine n'a jamais été une science exacte. Cependant, dans cet océan d'inconnus, la science a progressé depuis presque un an puisqu'on sait maintenant que le virus était présent en France sans doute dès la fin de l'année 2019, bien avant l'épidémie de mars 2020

Quelques points d'appui connus depuis mars dernier

Force est de constater que l'article publié sur le site scientifique « The conversation », que j'avais relayé dès le mois de mars, et intitulé « dix informations rassurantes sur la COVID19... », ne s'est globalement pas démenti !

J'en reprends les 10 intitulés et vous propose de les actualiser :

- 1- « *Nous savons ce qui est à l'origine de la maladie* » : le virus a été découvert extrêmement vite. La grande menace était qu'il puisse avoir un fort pouvoir de mutation et aggraver sa virulence ! C'est le contraire qu'on observe. De très récentes découvertes montreraient que le virus serait un peu plus contagieux mais moins virulent ! (cf article science).
- 2- « *Nous savons comment détecter le coronavirus* ». Grâce aux chinois et aux allemands les tests ont vite été mis au point. On peut donc en pratiquer jusqu'à 600.000/semaine actuellement, mais dont le délai de réponses ou l'accessibilité sont parfois compliqués. La FDA américaine vient de donner son autorisation pour un test salivaire. On peut espérer qu'à terme chacun pourra pour 5 € vérifier tout seul et aux tout premiers symptômes si il est porteur ou non du virus.
- 3- « *En Chine, la situation s'améliore* ». Les données chinoises, sans doute sujettes à controverse, montrent aujourd'hui qu'il n'y a pas, à ce jour, de deuxième pic épidémique. Le virus, comme en Europe continue sans doute de circuler...
- 4- « *81 % des cas sont bénins* ». C'est la statistique qui s'est le plus consolidée. Renforcée aujourd'hui par les campagnes de tests qui dépistent jusqu'à un cas sur deux asymptomatique. Autrement dit une maladie ... sans symptôme, ce qui colle avec les découvertes sur sa mutation.
- 5- « *Des gens guérissent* ». Bien sûr il y a des décès, mais plutôt très peu de gens et actuellement à un rythme bien inférieur aux accidents de la route... Le taux de létalité serait de 2 à 3%. Il s'agit du nombre de morts par rapport au nombre de gens malades. Comme on découvre beaucoup plus de gens qui sont testés positifs (c'est à dire qui ont rencontré le virus) sans être malades, on peut donc penser que sur 100 personnes qui rencontrent le virus, un seul ou deux vont décéder.
- 6- « *Les enfants ne sont (presque) pas affectés* ». Les pédiatres ont l'habitude de répéter « c'est une maladie qui ne concerne pas les enfants ! ». C'est la certitude qui a le

plus évolué, puisqu'on les croyait grand réservoir de l'infection et de la transmission, comme c'est le cas pour la grippe (d'où la fermeture des écoles avant le confinement). En fait, ils sont très peu infectés (moins de 3% dans le monde) et très peu contaminants... L'étude « Vigil » va publier prochainement ses résultats. Cette étude montre que sur 4.500 enfants qui présentaient des symptômes compatibles avec le diagnostic, le test PCR est positif dans ... seulement 1% des cas !

- 7- « *Le coronavirus est facilement inactivé* »: 30'' de lavage des mains au savon le fait disparaître. Le gel hydro alcoolique n'est pas plus efficace mais seulement plus pratique quand on sort d'un transport en commun ou d'un magasin.
- 8- « *Il existe déjà plus de 250 articles scientifiques sur le nouveau coronavirus* ». C'était le chiffre en mars. Il y avait plus de 20 000 publications recensées début juin ! La recherche n'a jamais été aussi active et coordonnée qu'aujourd'hui.
- 9- « *Il existe déjà des prototypes de vaccins* ». La question n'est plus de savoir si on va avoir un vaccin mais quand... Trois prototypes sont en phase III : un anglais, un chinois et sans doute un russe ? d'autres vont suivre. Mais il faudra rester patient pour être sûr de l'innocuité de chacun de ces trois vaccins (*cf article The conversation – pourquoi la précipitation russe à sortir un vaccin pose problème*).
- 10- « *Plus de 80 essais cliniques concernant des antiviraux sont en cours* ». Un an après les essais médicamenteux sont globalement décevants. Aucune molécule n'est réellement efficace, sauf une molécule à base d'interféron qui pourrait réduire de 80% les formes graves et mortelles. Ce travail n'est pas encore publié, donc il faut rester prudent, mais si cela se confirmait, le taux de mortalité déjà faible de cette maladie serait encore réduit dans les pays ayant un système de soins performants...

La conclusion un an après c'est donc que ce virus n'a pas disparu d'Europe avec l'été. On avait ce secret espoir, car c'est ce qui s'était passé pour son cousin le SRAS COvid... Mais hélas non. Il est donc installé dans le paysage des agents infectieux qui vont circuler, probablement régulièrement et en particulier à l'automne et l'hiver.

De nouvelles connaissances depuis mars

Ce qui s'est consolidé, ce sont nos connaissances sur les modes de contamination. La plupart des travaux menés confirme qu'on se contamine principalement dans des environnements confinés et cela nécessite un inoculum probablement sur plusieurs heures.

Donc si vous croisez quelqu'un.e qui est malade, les deux bonnes questions à se poser sont :

- Est-ce que c'était dans un milieu confiné ?
- Combien de temps je suis resté.e. en contact avec lui/elle ?

On a affiné, avec (bonne) surprise aussi, la notion de « personnes à risques » : ce sont les personnes âgées (et surtout très âgées), les porteurs de maladies comme les maladies cardiovasculaires, le diabète et l'obésité (ce qui est différent du surpoids). Mais les personnes porteuses de maladies auto-immunes ou les personnes immunodéprimées (comme celles traitées pour des cancers) ne sont plus considérées « à risque ».

On aurait donc apprécié, de la part des autorités de notre pays et de la part des grands médias, une communication plutôt rassurante qui insisterait sur les mesures de prévention pour inviter à une protection « raisonnable » :

- 1 - lavage des mains régulier
- 2 - port du masque pouvant effectivement s'appuyer sur le A/B/C/D : masque pour les personnes **A risque**, et/ou si on est dans un lieu **B bondé**, et/ou si on est **C confiné** et/ou si on ne peut pas respecter une **D distance** de 2 mètres.
- 3 - Eviter les grands rassemblements (salle de concert blindée, meeting ou foires aux bestiaux, match de foot si on ne peut pas se distancier, etc.)

Pour le reste, la situation actuelle en France est « surveillée » via des tests à l'accès plus facile (pas autant que nous les docteurs on voudrait...) et avec des mesures d'isolement des personnes malades.

Le Dr. Antoine Flahault, médecin de santé publique français, exerçant en Suisse, précise que le Covid 19 est donc une nouvelle maladie dans la longue liste de celles dont s'occupe le corps médical et que le système de soins des pays d'Europe et occidentaux pourra parfaitement absorber. Ce sera sans doute plus difficile pour l'Amérique Latine et l'Afrique. (cf *article Médiapart : l'insouciance est terminée...*)

Conclusion : On pourrait envisager une rentrée assez sereine avec des contraintes somme toutes accessibles, acceptables et raisonnables comme le port du masque, qui devient LA mesure de prévention comme l'était le préservatif pour le SIDA (interview de Antoine Flahault : <https://www.franceinter.fr/emissions/l-invite-de-8h20-le-grand-entretien/l-invite-de-8h20-le-grand-entretien-30-juillet-2020>),). Quelques semaines en fin d'automne et pendant l'hiver seront sans doute plus compliquées, car immanquablement un certain nombre d'entre nous feront peut-être quelques jours de fièvre, qui nous auraient paru banals en d'autres temps, et qui seront sans doute un peu plus difficiles à gérer cette année...

Que mesure-t-on vraiment et avec quelle précision ?

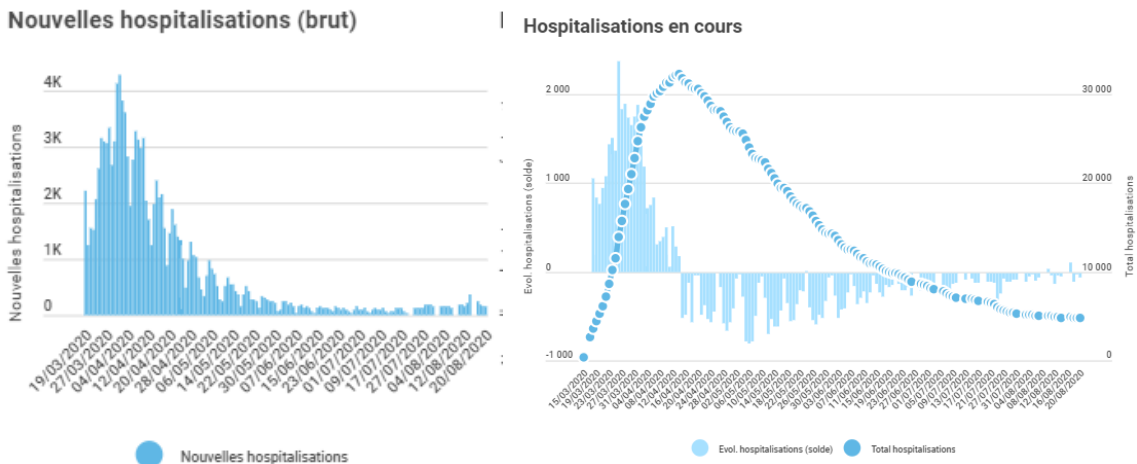
Seulement voilà les autorités de santé, relayées par beaucoup de grands médias, ont décidé de nous faire vivre un feuilleton au suspens quotidien «La reprise de l'épidémie c'est pour aujourd'hui ou c'est pour demain ?? ». Le souci c'est que les médias font leurs commentaires avec très peu de nuances alors que beaucoup d'indicateurs sont toujours très imprécis.

On parle beaucoup du nombre de nouveau cas. Ce chiffre est très imprécis, car :

- Plus on teste, plus on trouve de cas et toutes les régions ne testent pas de la même manière.
- Le nombre de nouveaux cas en février, mars et avril était surtout le fait de patients hospitalisés donc symptomatiques. Aujourd'hui, plus d'un test sur deux diagnostique un cas de Covid sans symptôme ! On compte donc des personnes... qui ne sont pas malades ! .
- On nous annonce des chiffres au quotidien, mais les malins ont repéré qu'il n'y avait aucun cas le samedi ou le dimanche ? Le virus ne travaille pas le WE ? C'est surtout le comptage qui est en WE... Donc ce serait beaucoup plus pertinent de donner un chiffre hebdomadaire.
- Depuis le déconfinement on a pu avoir quelques journées avec des pics de personnes testées positives sans aucune réelle conséquence sur les services hospitaliers et en particulier en réanimation dans les jours suivants...
- De façon très récente, on avance des chiffres élevés de nouveaux cas que l'on compare aux chiffres de mars et avril, alors qu'en mars et avril on testait beaucoup moins. Donc 5000 nouveaux cas en août n'a pas la même signification que 5000 nouveaux cas en

avril ...

On s'accorde pour penser que l'indicateur le « moins imprécis » serait le nombre d'hospitalisations. Le voilà au 20 août.



Force est de constater que ces courbes ne sont pas franchement en faveur d'une forte reprise de l'épidémie. On s'alarme à outrance de la contamination chez les jeunes, qualifiés par certains d'irresponsables, alors que la plupart d'entre eux ont très peu de symptômes et forment progressivement un groupe humain qui est maintenant immunisé. Ca de moins comme cible de circulation pour le Covid19 !

On répète en boucle que les Français sont indisciplinés (?), ce qui reste totalement à démontrer... Que les jeunes sont de méchants citoyens qui font tout pour infecter les autres avec leurs fêtes irresponsables. Juste deux exemples pour contrecarrer ce discours anti-jeunes :

- Après les histoires à Quiberon ou en Lozère en juillet, on n'a pas observé un quelconque rebond de contaminations de type « exponentielle », qui serait la caractéristique d'une vraie reprise de l'épidémie.
- On a beaucoup parlé de la Mayenne quand elle était le département en « rouge » au début de l'été, mais on parle peu de la façon dont les choses ont été plutôt bien gérées : tests massifs et isollements ciblés avec quelques hospitalisations à la clé, pour un retour quasi à la normale aujourd'hui.

Alors, entretenir la peur est donc devenu un sport national, sans que ceux qui s'y prêtent ne tirent aucune leçon de ce que disent TOUS les infectiologues qui ont connu de grandes épidémies : « *C'est toujours la peur qui fait plus de victimes que le virus lui-même* ».

Dans le même temps un geste magnifique de solidarité dans 17 EPAD, qui a consisté à confiner le personnel (tous volontaire) dans l'établissement, a obtenu un résultat qu'aucun traitement ou aucune mesure de prévention n'a pu obtenir à ce jour : dénombrer vingt fois moins de malades et cinq fois moins de décès ! (cf article EHPAD)

Il me semble donc que pour l'instant, et les choses peuvent changer..., il est surtout urgent – à notre niveau - de casser la chaîne de contamination de la PEUR . Quant à la chaîne du Covid19, il nous suffit de respecter les gestes barrières !