

## Grundlagen und Kernaussagen zu Long-COVID / Post-COVID

Als Long-COVID bezeichnet man Beschwerden, die länger als 4 Wochen nach Infektionsbeginn anhalten, als Post-COVID bei einer Persistenz von mehr als 12 Wochen.



Die Ursachen der Long- bzw. Post-COVID-Symptome sind unbekannt und scheinen nicht mit dem Schweregrad der Primärinfektion zusammenzuhängen.

### Folgende Gründe für die Entstehung der Symptomatik werden vermutet:

- Persistenz des Virus bzw. der Virusbestandteile
- postinfektiöse, strukturelle Gewebsschäden
- Hyperkoagulabilität und Thrombosen aufgrund einer chron. Immundysregulation
- (Hyper-)Inflammation bzw. Autoimmunität
- Dysregulation des Renin-Angiotensin-Aldosteron-Systems (RAAS)
- potentielle Nebenwirkungen der COVID-19-Therapie

### Hauptsymptome von Long-/Post-COVID:

- Fatigue
- Dyspnoe
- eingeschränkte körperliche und geistige Belastbarkeit

Bei jüngeren Patient:innen sind die Symptome Husten, Luftnot und Fieber am häufigsten. Bei älteren Patient:innen überwiegen kognitive Verschlechterung, Fatigue, Verwirrtheit und Sturzgefahr. Eine Überwachung der Vitalparameter, der Sauerstoffsättigung, der D-Dimere und des Blutbilds sowie von Kreatinin und Elektrolyten ist zu empfehlen.

Bei Patient:innen, die unter Long-/Post-COVID leiden, kann eine therapeutische Vakzinierung 6 Monate nach der Infektion vorgenommen werden. Der Effekt ist in Studien bisher jedoch noch nicht gesichert.

Wichtig ist die Differenzierung zwischen einer Fatigue und einer Muskelatrophie. Insbesondere bei der Fatigue sollte eine Überlastung, die zu einer Zunahme der Symptome führt, unbedingt vermieden werden.

Bei persistierenden Hustenbeschwerden kann ein Therapieversuch mit inhalativen Corticosteroiden und/oder Bronchodilatoren unternommen werden.

## Quellen:

Koczulla, A. R., Ankermann, T., Behrends, U., Berlit, P., Böing, S., Brinkmann, F., Franke, C., Glöckl, R., Gogoll, C., Hummel, T., Kronsbein, J., Maibaum, T., Peters, E. M. J., Pfeifer, M., Platz, T., Pletz, M., Pongratz, G., Powitz, F., Rabe, K. F., Scheibenbogen C., Stallmach, A., Stegbauer, M., Wagner, H. O., Waller, C., Wirtz, H., Zeiher, A., Zwick, R. (2021). S1-Leitlinie Post-COVID/Long-COVID. AWMF online

Yan, Z., Yang, M., & Lai, C.-L. (2021). Long COVID-19 Syndrome: A Comprehensive Review of Its Effect on Various Organ Systems and Recommendation on Rehabilitation Plans. *Biomedicine*, 9(8), 966. <https://doi.org/10.3390/biomedicines9080966>

## Haftungsausschluss

Wir bitten Sie zu beachten, dass die Erkenntnisse in der Medizin, Pflege und angrenzenden Berufsgruppen durch Forschung und klinische Erfahrungen einem laufenden Wandel unterliegen. Trotz größter Sorgfalt bei der Zusammenstellung der Inhalte, sind der Leser und der klinische Anwender aufgefordert alle Inhalte vor ihrer Weitergabe oder praktischen Umsetzung kritisch auf ihre Richtigkeit, Vollständigkeit und Anwendbarkeit in der jeweiligen Situation zu überprüfen. Darüber hinaus weisen wir darauf hin, dass seitens des Erstellers für sämtliche Inhalte, ebenso für Vorgehensweisen, Therapiestrategien, Medikamenten- und Dosierungsangaben oder Applikationsformen, -wege und -zeiten sowie Geräteeinstellungen keinerlei Gewährleistung und Haftung übernommen wird und darüber hinaus grundsätzlich jegliche Form von Haftung ausgeschlossen ist.