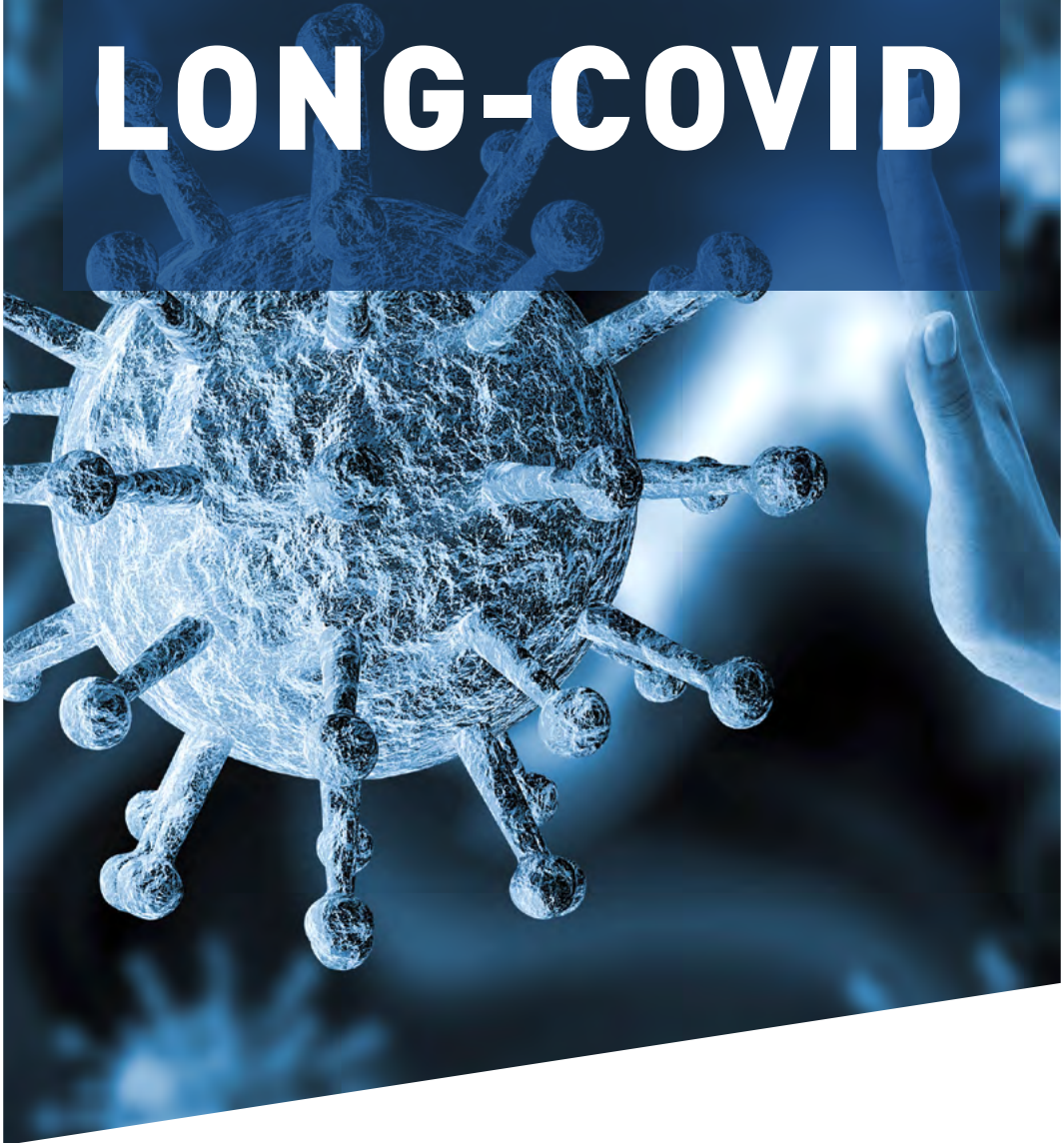


INTERDISZIPLINÄRE SPRECHSTUNDE KANTONSSPITAL OLTEN

LONG-COVID



Kantonsspital
Olten

solothurner
spitäler **so**H

Was ist Post- bzw. Long-Covid?

Nach einer Covid-19-Erkrankung können bei einzelnen Betroffenen über mehrere Wochen Beschwerden verbleiben, die sich nur zögerlich zurückbilden. Es ist noch nicht ganz klar, wie häufig ein Post-Covid-Syndrom auftritt, jedoch scheint das Auftreten teils unabhängig von der Schwere der Erstinfektion zu sein. Die Ursache der Beschwerden ist nicht mehr auf eine aktive Infektion zurückzuführen, da der Virusnachweis nach der Infektion negativ ausfällt. Ein Post-Covid-Syndrom ist aktuell definiert als Beschwerden/Symptome, die während oder kurz nach einer aktiven (nachgewiesenen) Covid-19-Infektion auftreten, für mehr als 12 Wochen bestehen bleiben und für die es keine alternative Erklärung gibt.

Typische Symptome eines Post-Covid-Syndroms sind:

- Müdigkeit
- Erschöpfung
- Kurzatmigkeit
- Trockener Husten
- Engegefühl in der Brust
- Gelenk-/Muskelschmerzen
- Schlafstörungen
- Subjektive Denk- und Konzentrationsstörungen
- Wiederkehrendes Fieber

Wie ein Post-Covid-Syndrom feststellen?

Sie selber kennen Ihre Symptome am besten. Ihre Angaben werden Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt und uns helfen zu verstehen, wie stark Sie betroffen sind und welche Untersuchungen und Therapien nötig sind. Wenn in den folgenden Wochen trotz Abklingens der Erkrankung Beschwerden bleiben, die mit einem Post-Covid-Syndrom einhergehen und die sich nicht gebessert haben, suchen Sie zunächst das Gespräch mit Ihrem Hausarzt. Er wird mit Ihnen besprechen, ob es sich um ein Post-Covid-Syndrom handeln oder ob eine andere Ursache für die Beschwerden in Frage kommen könnte.

Wir stehen Ihnen und Ihrem Hausarzt gerne für eine vertiefte Untersuchung und allfällige Zusatzuntersuchungen zur Verfügung. Eine Überweisung an uns durch Ihren Hausarzt ist für folgende Zusatzuntersuchungen möglich:

- Pneumologische Standortbestimmung bei hauptsächlich Atembeschwerden oder chronischer Müdigkeit
- Neurologische Standortbestimmung bei hauptsächlich Konzentrationsstörungen
- Infektiologische Standortbestimmung im Falle einer immunsuppressiven Therapie und wiederholten Fieberepisoden
- Psychosomatische Standortbestimmung bei Angst, Depression und Schlafstörungen

In der Sprechstunde werden Ihre Beschwerden während und nach der Covid-19-Erkrankung erfasst. Je nach dem Ergebnis der ersten Befunde erfolgt eine Blutanalyse. Weiterführende Untersuchungen sind abhängig von Ihrem Beschwerdebild und können neben einer Lungenfunktionsprüfung oder einer Leistungsabklärung und/oder weiterführenden bildgebenden Verfahren (Lungenbild) auch Abklärungen des Nervensystems beinhalten.

Was bei Post-Covid hilft

Das Post-Covid-Syndrom ist eine noch weitgehend unerforschte Erkrankung. Es ist jedoch bereits bekannt, dass einige Viruserkrankungen (z.B. EBV, Chikungunya und andere) zu ähnlichen Symptomen führen können. Daher wissen wir auch, dass sich die Symptome über die Zeit in aller Regel wieder bessern bzw. ganz verschwinden, auch wenn es teils Monate dauert.

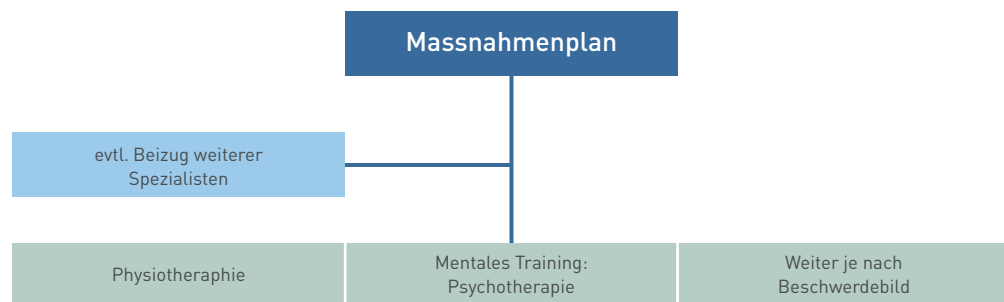
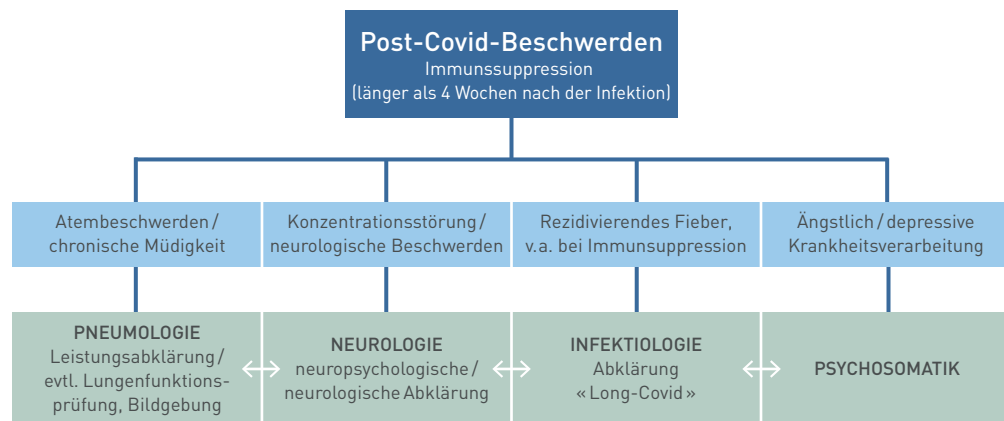
Entscheidend ist, andere Ursachen der Symptome auszuschliessen und anschliessend gemeinsam mit Ihnen und Ihrem Hausarzt ein individuelles Therapiekonzept zu erarbeiten. Das eigenständige Symptom-Management durch Post-Covid-betroffene Personen selber steht im Zentrum aller möglichen Therapien. Es gibt keine Tablette, mit welcher die Beschwerden eines Post-Covid-Syndroms wieder verschwinden. Eine enge Abstimmung zwischen Ihnen, Ihrem Hausarzt und den allenfalls involvierten Spezialisten ist zentral.

Nach einer Standortbestimmung können je nach Beschwerden ambulante Rehabilitationsprogramme im Genesungsprozess helfen. Eine entsprechende Physiotherapie-Gruppe existiert am Kantonsspital Olten. Ebenfalls können gerade auch bei psychischen Belastungssituationen spezielle psychologische Betreuungsangebote sinnvoll sein.

Als Post-Covid-Betroffene oder -Betroffener können aber auch Sie selbst einen Beitrag an Ihre Genesung leisten:

- Setzen Sie gemeinsam mit Ihren behandelnden Ärzten realistische und erreichbare Ziele.
- Führen Sie ein Symptومتagebuch, in dem Sie Veränderungen und den Fortschritt auf dem Weg zum Erreichen der Ziele festhalten.
- Definieren Sie Ihre medizinische Bezugsperson; in der Regel ist dies Ihre Hausärztin oder Ihr Hausarzt.

Immungeschwächte Personen haben ein spezifisches Risiko für einen atypischen Covid-19-Krankheitsverlauf. Insbesondere ist in diesen Fällen daran zu denken, dass die aktive Covid-19-Infektion mit nachweisbarer Virusvermehrung länger andauern oder in seltenen Fällen auch wieder auftreten kann. Zudem ist auch die Abwehrreaktion dieser Personen geschwächt, was ebenfalls einen negativen Einfluss auf das Ansprechen einer allfälligen Booster-Covid-Impfung haben kann. Diese Personen benötigen je nach Symptomen und Verlauf eine niederschwellige Beurteilung und Beratung. Treten bei diesen Patienten Symptome einer aktiven Covid-19-Infektion erneut auf oder verschlechtern sich (insbesondere Atemnot, Sauerstoffsättigungsabfall usw.), so sollten diese Personen auf den Notfall zugewiesen werden.



Ihre Ansprech- personen



Dr. med. Marc Maurer

Leitender Arzt Pneumologie Kantonsspital Olten,
und Team
T 062 311 43 46
pneumologie.kso@spital.so.ch



Dr. med. Susanna Frigerio

stv. Chefärztin Neurologie soH am Kantonsspital Olten,
und Team Neurologie KSO
T 062 311 42 93
neurologie.kso@spital.so.ch



Drs. med. Matthias Hoffmann und Rein Jan Piso

Leitende Ärzte Infektiologie Kantonsspital Olten
T 062 311 41 79
infektiologie.kso@spital.so.ch



PD Dr. med. Thorsten Mikoteit

Leitender Arzt Behandlungszentrum Psychosomatik,
und Team,
T 062 311 52 10
ambi-olten.pd@spital.so.ch

Kantonsspital
Olten

solothurner
spitäler 

Baslerstrasse 150 | 4600 Olten
T 062 311 41 11
info.kso@spital.so.ch

