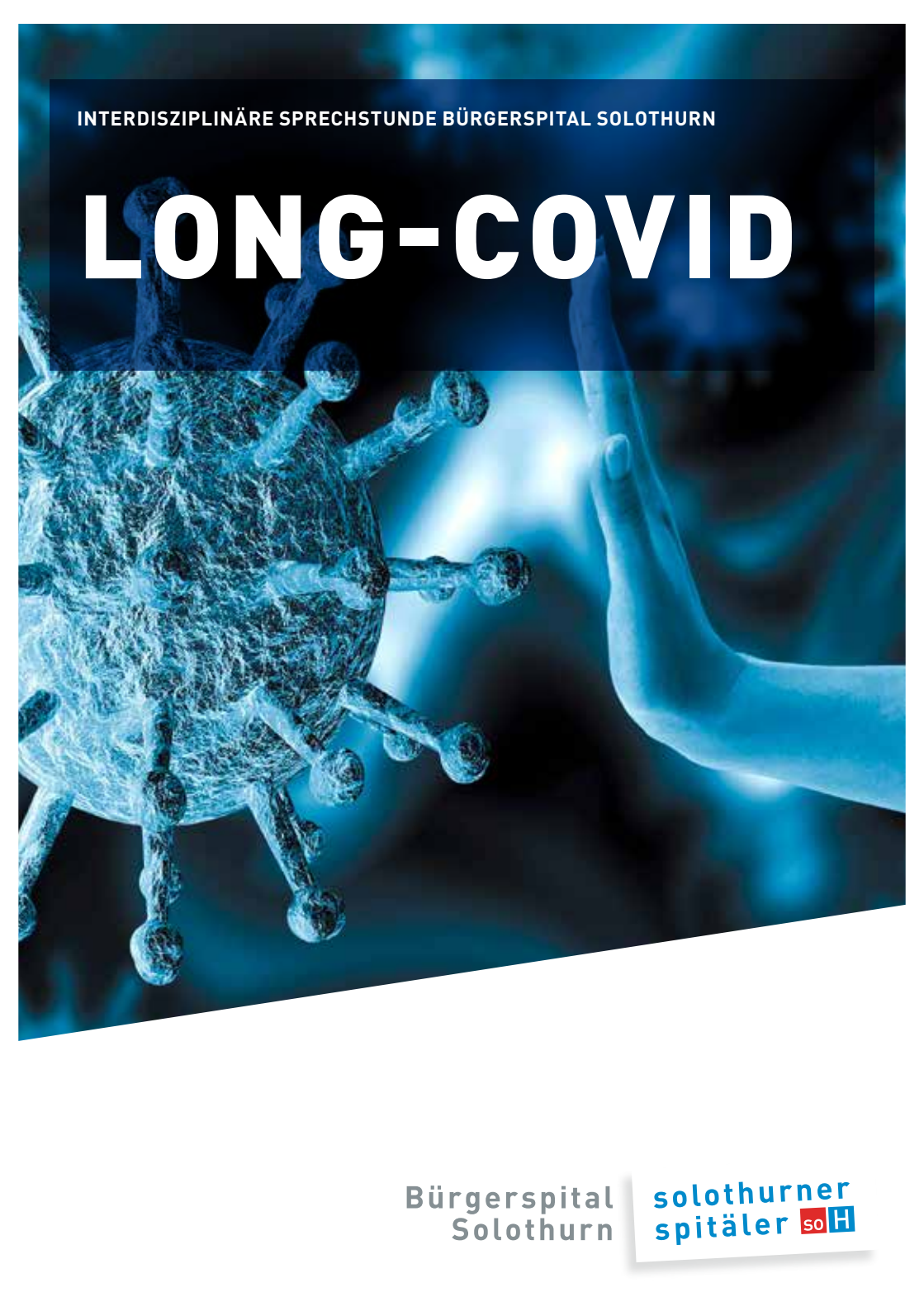


INTERDISZIPLINÄRE SPRECHSTUNDE BÜRGERSPITAL SOLOTHURN

LONG-COVID



Bürgerspital
Solothurn

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 ist ein Post-Covid-Syndrom festzustellen?

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 könnte oder ob eine andere Ursache für die Beschwerden in Frage kommt.

Wir stehen Ihnen und Ihrem Hausarzt gerne für eine vertiefte Untersuchung und allfällige Zusatzuntersuchungen zur Verfügung. Eine Überweisung an uns durch Ihren Hausarzt ist bei Verdacht auf Post-Covid möglich.

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 Krankheit. 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 der 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 steht selber im Zentrum aller möglichen Therapien. Es gibt keine Tablette, mit welcher die Beschwerden eines Post-Covid-Syndroms wieder verschwinden. Einige enge Abstimmungen 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 physiotherapeutische Behandlung wird im Einzelsetting oder in der Gruppe am Bürgerspital Solothurn angeboten.

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 Symptomtagebuch, 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.

POST-COVID BESCHWERDEN
(länger als 12 Wochen
nach Infektion)

MEDIZINISCHES AMBULATORIUM
Je nach Beschwerden sind
weiterführende Abklärungen bzw.
Überweisungen möglich.

Atembeschwerden /
Chronische
Müdigkeit

Konzentrations-
störungen /
neurologische
Beschwerden

Erschöpfungs-
symptome

Ängstlich / depressive
Krankheitsverarbeitung

PNEUMOLOGIE

Leistungsabklärung
evt. Lungenfunktions-
prüfung, Bildgebung

NEUROLOGIE

neuropsychologische /
neurologische Abklärung

PHYSIOTHERAPIE

PSYCHOSOMATIK

MASSNAHMENPLAN

evt. Bezug weiterer
Spezialisten

Physiotherapie

mentales Training:
Psychotherapie

weiter je nach
Beschwerdebild

Ihre Ansprechpersonen



PD. Dr. Michael Haidinger
Stv. Chefarzt Allgemeine Innere Medizin
und Notfallmedizin
T 032 627 40 29
michael.haidinger@spital.so.ch



Dr. med. Emanuel Plüss
Leiter Medizinisches Ambulatorium
T 032 627 40 29
emanual.pluess@spital.so.ch



Dr. med. Dr. Robert Bühler
Chefarzt Neurologie
T 032 627 35 17
robert.buehler@spital.so.ch



Dr. med. Daniele Marino
Leitender Arzt Pneumologie
T 032 627 31 85
daniele.marino@spital.so.ch



Anita Hartmeier
Leiterin Physiotherapie
T 032 627 41 41
anita.hartmeier@spital.so.ch

Bürgerspital
Solothurn

solothurner
spitäler 

Medizinisches Ambulatorium
Schöngrünstrasse 42 | 4500 Solothurn
T 032 627 44 71
Med.Amb.BSS@spital.so.ch

