

WAS IST **LONG-** UND **POST-COVID**?

Long- und Post-COVID umfasst gesundheitliche **Langzeitfolgen**, die infolge einer akuten Erkrankung an COVID-19 vorhanden sein können. Dazu zählen Beeinträchtigungen der **körperlichen und psychischen Gesundheit** sowie Einschränkungen in der Funktionsfähigkeit und Lebensqualität. Menschen, die an Long- und Post-COVID leiden, sind nicht mehr ansteckend.

- › Bei **Long-COVID** dauern Symptome länger als 4 Wochen nach einer überstandenen COVID-19-Erkrankung an.
- › Bei **Post-COVID** sind es mehr als drei Monate. Schätzungen zufolge betrifft dies bis zu **20 %** aller **COVID-19-Erkrankten** (Robert-Koch-Institut 2022).

Welche Symptome können bei

Long- & Post-COVID auftreten?

Die berichteten **Symptome** sind **sehr unterschiedlich**. Sie können einzeln oder in Kombination auftreten und unterschiedlich lange andauern. Zu den häufigsten Symptomen, die bislang in Studien beobachtet wurden, gehören (nicht abschließend):



Quelle: Eigene Darstellung in Anlehnung an eine Studie von Nalbandian, Sehgal, Gupta et al. (2021).



HABEN SIE FRAGEN?

Gern beantworten wir diese persönlich oder:

- › telefonisch unter **05241 892189**
- › unter der kostenlosen Service-Nr. **0800 800-2189**
- › Schreiben Sie an **info@bkk-miele.de**

Hier finden Sie
weitere Infos

QR-Code scannen
oder anklicken



Miele



MEHR LEISTUNG FÜR LONG- & POST- COVID BETROFFENE

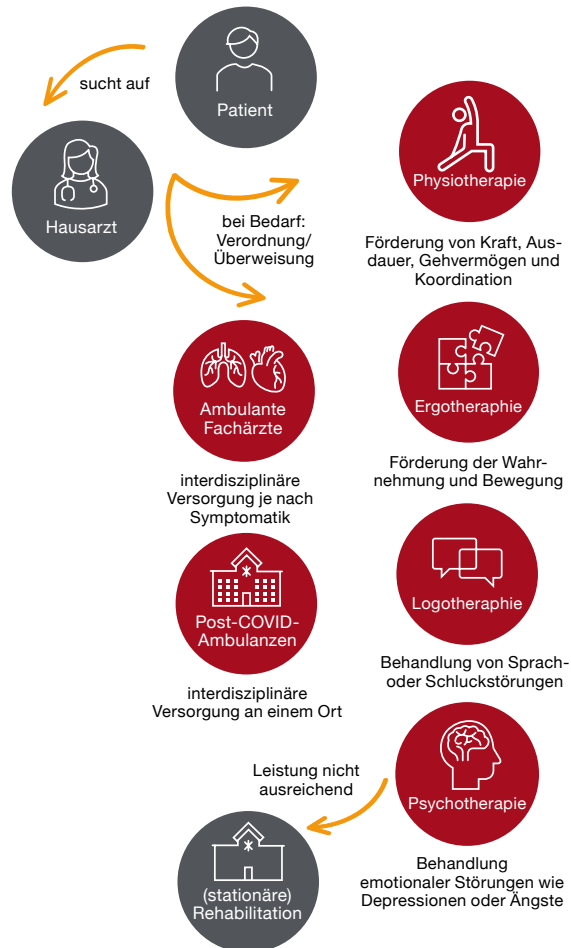


Für Sie persönlich –
direkt und einfach

BEHANDLUNGS- MÖGLICHKEITEN

Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es bei Long- und Post-COVID?

Da die Ursachen der Langzeitfolgen einer Corona-Infektion weiterhin erforscht werden müssen, kann man bei Long- und Post-COVID bislang nur die Symptome behandeln. Je nach Ausprägung dieser Symptome sind verschiedene Therapien sinnvoll. Eine Übersicht über einen möglichen Behandlungsverlauf (Beispiel) haben wir Ihnen in der nachfolgenden Abbildung zusammengestellt.



WIR UNTERSTÜTZEN SIE

Eine gezielte medikamentöse Behandlung von **Long- und Post-COVID-Symptomen** ist im Gegensatz zur Therapie einer akuten COVID-19-Erkrankung derzeit noch nicht verfügbar. Wir unterstützen Sie bei der Vermittlung folgender Angebote:

- › **initiale Sprechstunde**
- › **ambulante Versorgungsnetze**
- › **spezialisierte Versorgungsangebote** in Krankenhäusern
- › **digitale Angebote** zur Nachsorge einer Rehabilitationsmaßnahme

Weitere Informationen erhalten Sie auf unserer **Website**

QR-Code scannen oder anklicken



Wie erhalte ich konkrete Unterstützung neben der medizinisch-therapeutischen Behandlung?

- › Rehabilitation zur Aufrechterhaltung der Erwerbsfähigkeit: Deutsche Rentenversicherung
- › Rehabilitation zur Vermeidung drohender Behinderung/gesundheitlicher Einschränkungen: BKK Miele
- › Selbsthilfeangebote
- › digitale Gesundheitsanwendung (DiGA)



Was kann ich selbst tun?

Neben einer Anleitung zu Übungen je nach Beschwerden und einer Übersicht zu Atemübungen sowie Hinweisen zur selbstständigen, schrittweisen Belastungssteigerung, existiert eine Leitlinie „Long-/Post-COVID-Syndrom“ für Betroffene, Angehörige, nahestehende und pflegende Personen. Weitere Informationen erhalten Sie auf unserer Website (s. QR-Code unter „Wir unterstützen Sie“).



Lassen Sie sich impfen!

Der derzeit beste Schutz vor Long- und Post-COVID ist eine Impfung gegen das Coronavirus. Alles Wichtige dazu erhalten Sie auf der Website des Bundesgesundheitsministeriums.



QR-Code scannen oder anklicken