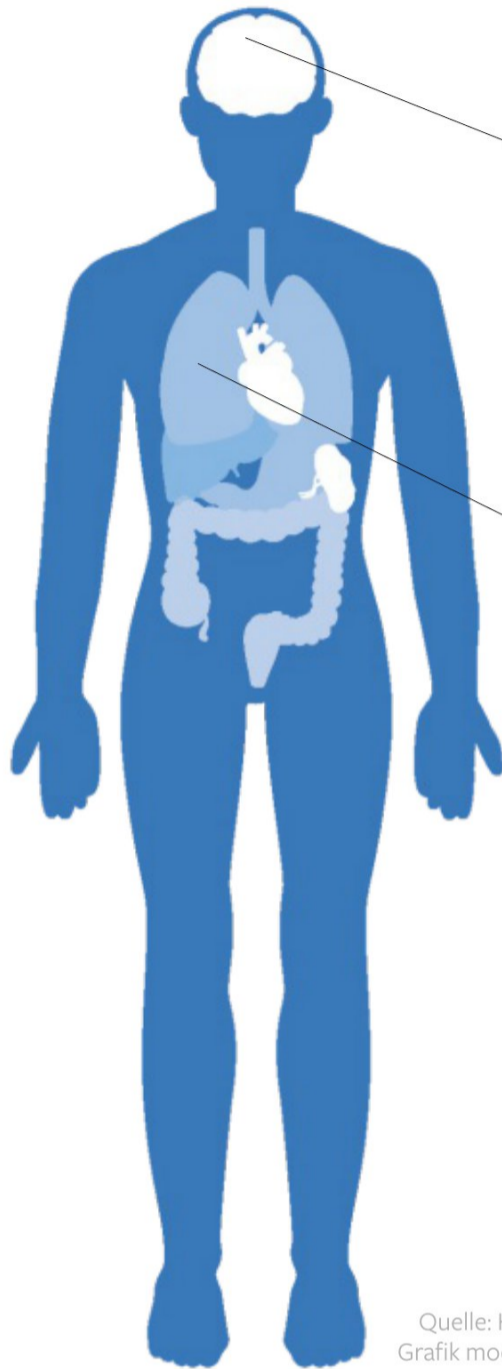


# Long Covid – langfristige Beschwerden nach Corona-Infektion

Von Prof. Dr. med. Gratiana Steinkamp



## Kopf & Gehirn

58% Lähmende Müdigkeit  
44% Kopfschmerzen  
27% Aufmerksamkeitsstörung  
23% Geschmacksstörung  
21% Geruchsstörung  
16% Gedächtnisstörungen  
15% Hörprobleme

## Lunge

24% Luftnot  
21% Atemnot nach Belastung  
19% Husten  
16% Brustschmerzen

## Andere Regionen

25% Haarausfall  
19% Gelenkschmerzen  
17% Schwitzen  
16% Übelkeit/Erbrechen

Quelle: Häufigste Beschwerden (über 15 Prozent)  
Grafik modifiziert nach Lopez-Leon 30. Januar 2021

telangem Leiden. Immunologen haben zwar Vermutungen, wie das Immunsystem hier reagiert haben könnte, aber bisher keine definitive Erklärung.

## Fazit

Spätfolgen einer Coronavirus-Infektion, die monatelang anhalten, sind nicht selten. Betroffen sind auch jüngere, anfangs leicht erkrankte oder sogar asymptomatische Personen. Wichtig ist, diese Problematik zu erkennen und medizinische Hilfe zu suchen. In Deutschland haben Universitätskliniken bereits Spezialambulanzen für Langzeitkranke errichtet. Reha-Kliniken bieten Programme für ehemals stationär behandelte Patienten an. Es ist an der Zeit, Long Covid mit seinen Folgen für das Gesundheitssystem und die gesamte Gesellschaft ernst zu nehmen. Wenn Politik und Öffentlichkeit um die richtige Reaktion auf die wieder anschwellende Epidemie ringen, darf es nicht nur um Inzidenzen und die Belegung von Intensivstationen gehen, sondern es muss auch verhindert werden, dass Tausende weiterer Menschen an Long Covid erkranken.



Foto: Rocco Thiede

## Die Autorin

### Persönliches

Prof. Dr. med. **Gratiana Steinkamp** schreibt für unsere Redaktion regelmäßig zu aktuellen Entwicklungen und Forschungen zum Coronavirus und der Covid-19-Erkrankung. Sie ist freiberufliche medizinisch-wissenschaftliche Publizistin mit dem Schwerpunkt Lungenkrankheiten. Die Fachärztin für Kinderheilkunde und Jugendmedizin gehört als außerplanmäßige Professorin zum Lehrkörper der Medizinischen Hochschule Hannover. Seit einigen Monaten bloggt sie zu Themen aus der Corona-Forschung. Aufgewachsen ist sie in Hamburg, seit 2005 ist ihre Heimat Schwerin. Ihren Corona-Blog findet man unter:

[www.med-wiss.blog](http://www.med-wiss.blog)

Diesen Beitrag unter:

[www.nnn.de/corona](http://www.nnn.de/corona)

Infiziert, genesen, verstorben – das sind die drei Kategorien, zu denen die offiziellen Statistiken Fallzahlen erheben. Eine wichtige vierte Gruppe fehlt, nämlich die Erkrankten, die nach durchgemachter erster Phase noch monatelang Beschwerden haben. Sie sind verborgen in der Kategorie „genesen“, deren Fälle das Robert Koch-Institut lediglich schätzt und nicht etwa mit Hilfe von behandelnden Ärzten ermittelt. Doch ein beträchtlicher Teil der „Genesenen“ ist nicht nach zwei Wochen wieder fit. Nun gibt es wichtige neue Erkenntnisse zu den Langzeitfolgen, die vielfach unter dem Begriff „Long Covid“ zusammengefasst werden.

## Long Covid nach Krankenhausaufenthalt

Nach wochenlanger maschineller Beatmung auf der Intensivstation benötigen viele Covid-19-Überlebende Monate, um wieder auf die Beine zu kommen. Intensivmediziner kennen eine verzögerte Genesung nach anderen lebensbedrohlichen Infektionen wie zum Beispiel einer Blutvergiftung (Sepsis). Jetzt treten ähnliche Probleme infolge von Covid-19 auf.

Eine britische Studie untersuchte 47 780 Überlebende durchschnittlich viereinhalb Monate nach einem Klinikaufenthalt. Einige Zeit nach der Covid-19-Erkrankung mussten 30 Prozent der Patienten erneut stationär behandelt werden; zwölf Prozent verstarben. Bei den Corona-Infizierten wurden dreimal häufiger neue Erkrankungen an Herz und Leber diagnostiziert als in einer Kontrollgruppe ohne Corona-Infektion. Nierenkrankheiten und Diabetes traten doppelt so häufig auf. Besonders groß waren die Gruppenunterschiede bei den unter 70-Jährigen.

In einer anderen Studie fühlten sich mehr als die Hälfte der Covid-19-Erkrankten auch sieben Monate nach der Krankenhausbehandlung noch nicht wieder ganz gesund. Drei von vier Befragten litten unter Fatigue, einer belastenden Erschöpfung mit quälender Müdigkeit auch ohne vorherige Anstrengung. Weitere 54 Prozent gaben Luftnot an. Jeder Vierte hatte neu auf-

getretene Störungen wie eingeschränktes Gehvermögen, Gedächtnisschwäche oder Sehprobleme. Bemerkenswert war, dass Frauen unter 50 Jahren ein fünfmal höheres Risiko hatten, langfristig krank und stärker beeinträchtigt zu sein als Männer.

## Long Covid nach milder Erkrankung oder nach asymptomatischer Infektion

Der Großteil der Corona-Infizierten ist nur leicht erkrankt und kuriert die Erkrankung zu Hause aus oder hat womöglich gar keine Beschwerden. Dennoch können auch hier Langzeitfolgen auftreten, wie eine Auswertung aus Kalifornien zeigte. Dabei ging es um 1407 Personen, die an Covid-19 erkrankt waren, ohne in die Klinik zu müssen. Zwei Monate nach der Infektion hatten 27 Prozent der Corona-Infizierten fortbestehende Beschwerden, und zwar am häufigsten Brustschmerzen, gefolgt von Luftnot, Angstzuständen, Husten, Rückenschmerzen, erschöpfender Müdigkeit (Fatigue) oder Schlafstörungen. Erstaunlich war, dass ein Drittel dieser Per-

sonen zu Beginn überhaupt keine Symptome hatte. Betroffen waren alle Altersgruppen, sogar Kinder. Frauen hatten häufiger mit Long Covid zu tun als Männer.

Eine Studie mit mehr als 260 000 Covid-19-Infizierten betrachtete ausschließlich solche Langzeitfolgen, die Anlass für einen Arztbesuch waren. Bei immerhin 14 Prozent stellte ein Arzt Monate nach der Erkrankung neue Diagnosen. Bluthochdruck, Schlaganfall oder Nierenfunktionsstörungen wurden doppelt so häufig beobachtet wie in einer Kontrollgruppe von Patienten nach anderen virusbedingten Lungenentzündungen.

Auch das Risiko für bestimmte Herzerkrankungen, Diabetes oder Gedächtnisstörungen war nach Covid-19 eindeutig größer. Das galt auch für jüngere, zunächst leicht erkrankte Menschen.

In der Fatigue-Ambulanz der Berliner Charité wurden 29 Frauen und 13 Männer sechs Monate nach Covid-19 untersucht. Die meisten Patienten waren im Alltagsleben deutlich beeinträchtigt und körperlich schlecht belastbar, einige Personen

waren nicht arbeitsfähig. Bei knapp der Hälfte der Betroffenen diagnostizierten die Ärzte das chronische Erschöpfungssyndrom (ME/CFS), eine schwere Erkrankung des Nerven- und Immunsystems mit umfassender Schwäche.

## Corona-Impfung als Therapie?

In Deutschland werden Menschen, die eine Corona-Infektion durchgemacht haben, bisher meist nicht geimpft. In den USA ist das anders, und von dort mehrten sich die Berichte von Long-Covid-Betroffenen, denen die Impfung geholfen hat wie ein Medikament. Eine Umfrage an 577 Personen zeigte, dass 39 Prozent nach der Impfung eine Verbesserung von Long Covid erfahren haben, während 14 Prozent über eine Verschlechterung berichteten. In einer anderen Befragung fühlten sich fünf Prozent sogar wieder völlig gesund. Wenn einige Tage nach der Impfung Muskel- und Gelenkschmerzen komplett verschwinden und das Denken wieder normal funktioniert, ist das eine große Erleichterung nach mona-