

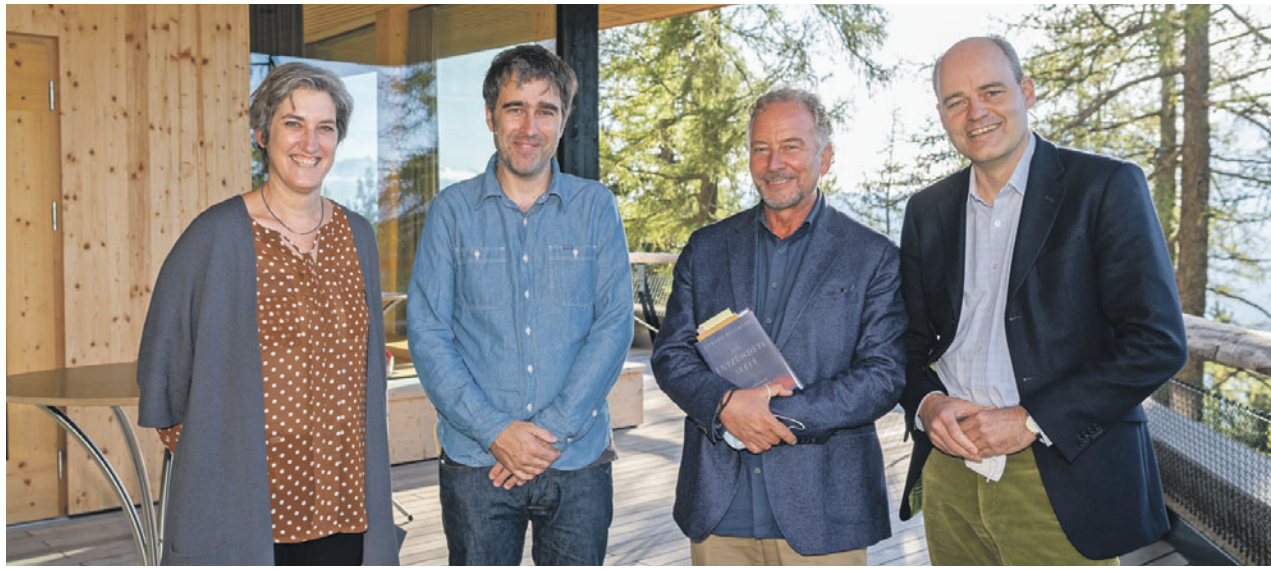
# Long Covid hat nichts mit «Hysterie» zu tun

**Vortrag** Eine 29-Jährige, die Monate nach einer leichten Covid-19-Erkrankung nicht einmal mehr 200 Meter gehen kann, ohne in Atemnot zu geraten. Das ist kein Einzelfall, sondern typisch für Long Covid. Diesem Phänomen widmeten sich Experten am vierten Qualitätszirkel am Clinicium Alpinum.

VON DANIELA FRITZ

Seit Beginn des Jahres bietet das Clinicium Alpinum Behandlungen für Long-Covid-Patienten an - man habe sich damit auf eine «Reise ins Unbekannte» begeben, meinte Co-Chefarzt Michael Holzzapfel gestern einleitend zu einem Vortragsabend. Der vierte Qualitätszirkel an der Klinik widmet sich daher dem Thema «Quo vadis Long Covid?». Denn noch immer ist vieles unbekannt, auch die Experten lernen von Woche zu Woche hinzu. Thomas Neumann, Rheumatologe und Entzündungsspezialist am Kantonsspital St. Gallen, gab einen Überblick über die bisherigen Erkenntnisse aus seiner Fachrichtung. Beindruckt zeigt er sich davon, wie viele Wissenschaftler sich seit Beginn der Pandemie mit dem Coronavirus und Covid-19 befasst haben. Damit diese Informationen schnell zur Verfügung stehen, wurde meist auf einen Review-Prozess vor der Publikation verzichtet - normalerweise ein wissenschaftliches «No-Go», das auch für die ein oder andere «Ente» gesorgt hat. Trotz der grossen Forschungstätigkeit ist aber noch vieles offen - Neumann hofft aber, dass man später auch beispielsweise in der Krebsbehandlung von den Erkenntnissen aus der Pandemie profitieren kann.

**Die Krankheit nach der Krankheit**  
Immer klarer wird hingegen, dass eine überstandene Covid-19-Infektion noch lange nicht heisst, dass man über dem Berg ist. Long Covid, dass



Michaela Risch, Klinikleitung Clinicium Alpinum, der Long-Covid-Experte Gregory Fretz, Michael Holzzapfel, Co-Chefarzt Clinicium Alpinum und Rheumatologe Thomas Neumann. (Foto: Michael Zanghellini)

in Kommentarspalten auch mal als «Massenhysterie» abgetan wird, trifft rund 40 Prozent der Infizierten. Darunter viele junge Menschen, oftmals Frauen, die zunächst nur einen milden Krankheitsverlauf aufwiesen. Gregory Fretz, Pneumologe und leitender Arzt für innere Medizin am Kantonsspital Graubünden, schätzt, dass 5 bis 10 Prozent sogar so schwer an Long Covid erkranken, dass sie ihrem Alltag nicht mehr nachkommen können. Mit solchen Patienten hat er täglich zu tun. Fretz bietet in Chur eine Long-Covid-Sprechstunde an. Exemplarisch schildert er den Fall einer 29-jährigen Pflegefachfrau, die sich nach einer relativ milden Covid-

19-Erkrankung mit Durchfall, Atemnot, starker Müdigkeit und zwei Tagen Fieber zunächst wieder erholte. Zwei Monate später suchte sie jedoch den Spezialisten mit typischen Long-Covid-Symptomen auf. Sie litt unter starken Muskelschmerzen und Erschöpfung. «Das haben wir sehr oft, Patienten müssen schon nach wenigen Metern oftmals wieder mehrere Tage im Bett liegen», schilderte Fretz. Auch Atemnot, Kopfweh oder ein erhöhter Ruhepuls sind häufige Symptome. Die Ärzte stellen zudem oft Störungen fest, wie man sie sonst eher bei Menschen mit Demenz beobachtet. Dann wird beispielsweise das Handy im Kühlschrankschrank vergessen oder den Pa-

tienten fehlen die richtigen Worte, auch Depressionen sind typisch. Viele Betroffene hätten zudem keinen erholsamen Schlaf und wachen morgens komplett erschöpft auf. Im Schlaflabor würden sich aber keine Auffälligkeiten zeigen. Überhaupt ergeben nähere Untersuchungen wie MRI oder CT dann meist völlig normale Werte. Warum dies so ist, ist noch nicht ausreichend geklärt.

**Energielevel im Auge behalten**  
Die eine wirksame Behandlung gibt es bei Long-Covid-Patienten noch nicht, das ist individuell verschieden. Einige Medikamente würden zwar in geringen Dosen Wirkung zeigen. Fretz gibt sich trotzdem zu-

rückhaltend, denn bei manchen Personen sei auch eine Verschlechterung möglich. Die klassische Rehabilitation, das habe sich laut Fretz schnell herausgestellt, führt oft zum «Desaster». Den Patienten ginge es danach vielfach schlechter als zu Beginn. Eine zentrale Rolle spiele aber die Ergotherapie: Patienten müssten oft lernen, ihr Energielevel zu managen. «Wenn sie mit ihren Reserven nicht gut umgehen, verschlechtern sich die Symptome», erzählt der Experte. Der 29-Jährigen ist dies ebenfalls passiert. Nachdem sie sich langsam wieder ins Arbeitsleben herangetastet hatte und die Symptome besser wurden, achtete sie einmal nicht auf ihren Energiehaushalt. Ein Sieben-Stunden-Tag mit anschliessender Sitzung waren dann zu viel - sie war plötzlich wieder einen Monat lang arbeitsunfähig. Solche «Crashes» haben auch die Ärzte am Clinicium Alpinum schon erlebt. «Die Frage ist deshalb auch, ab wann man als geheilt gilt», so Fretz. Die Betroffenen müssen sich aber vielfach auch mit der Frage beschäftigen, ob sie überhaupt als krank gelten. Oft sei nicht klar, ob die Krankenkassen Long Covid überhaupt anerkennt und die Behandlungskosten übernimmt. «Das wird noch ein grosses Thema werden», ist Fretz überzeugt. Er wünscht sich, dass in der Schweiz eine nationale Begutachterstelle geschaffen wird, die die entsprechende Expertise hat. Denn mit der Krankheit an sich hätten die Betroffenen schon genug zu kämpfen.

ANZEIGE



## Auktion.Volksblatt.li

Die nächste Auktion ist vom **22. Oktober bis 1. November 2021.**

### Diese Anbieter sind bereits dabei:



Angebots-Nr. 206-208  
**Kulinarischer Gutschein**  
Das Restaurant TANG bietet hochwertige Mittagsmenüs an. Am Abend beherbergt die Speisekarte chinesische Hauptspeisen, die immer mit frischen Zutaten kombiniert werden.  
**Startpreis Fr. 50.-** | Ladenpreis 100.-

Chinesisches Spezialitäten Restaurant TANG  
Dorfstrasse 29  
9491 Ruggell  
Tel.: +423 231 11 68  
www.tang-restaurant.com



Angebots-Nr. 71  
**Weissgold Anhänger**  
Weissgold Anhänger kreismatt - poliert und 3 Brillanten. Anhänger in 18 Krt. Weissgold in kreismatt und poliert, 3 Diamanten mit Brillantschliff 0,05ct. Hsi, Länge 20mm, Breite 13mm, ohne Kette.  
**Startpreis Fr. 482.50** | Ladenpreis 965.-

Ospelt Uhren & Schmuck AG  
Aeulestrasse 2  
9490 Vaduz  
Tel.: +423 232 25 64  
www.uhren-ospelt.li



Angebots-Nr. 178-179  
**Bücher und mehr**  
Die Welt der Bücher und vieles mehr. Unser Bestellservice ist in der Regel, schnell, gratis und umweltfreundlich. Wir sind bekannt für unsere schönen Geschenkverpackungen.  
**Startpreis Fr. 50.-** | Ladenpreis 100.-

Omni Bücher und mehr  
St.-Luzi-Strasse 18  
9492 Eschen  
Tel.: +423 373 71 84  
www.omni.li



Viele weitere Anbieter finden Sie schon jetzt auf [auktion.volksblatt.li](http://auktion.volksblatt.li).

Auch Ihre Angebote sind bei uns willkommen. Interessiert, dabei zu sein?  
Kontaktieren Sie uns unter Tel. +423 237 51 51 | E-Mail [auktion@volksblatt.li](mailto:auktion@volksblatt.li)