



## POST-COVID SELBSTHILFEGRUPPE ZOLLERNALB

Zu unserer Website:



### ZIELE:

- Erfahrungsberichte von Betroffenen
- Austausch von Informationen
- Empfehlung von Therapien und Reha-Kliniken
- Informationsveranstaltungen

### GRUPPENTREFFEN:

Unsere Gruppentreffen finden an jedem  
3. Montag im Monat um 19 Uhr statt.

Treffpunkt:

Sitzungssaal

Balinger Zollernschloss

Schloßstrasse 5, 72336 Balingen

### KONTAKT:

MICHAEL ARNDT

Tel. 07475 3944179

post-covid-zak@online.de

### ALLGEMEIN:

Wir sind eine offene Gruppe.

Neue Teilnehmer sind stets herzlich willkommen.

Wir freuen uns auf Sie!

Mit freundlicher Unterstützung



## POST-COVID SELBSTHILFEGRUPPE ZOLLERNALB



**Kämpfen Sie auch mit  
den Spätfolgen einer  
COVID-Infektion?**

## DEFINITION

Unter "Post-COVID-19-Syndrom" werden gesundheitliche Beschwerden zusammengefasst, die in längerem Abstand (von mindestens drei Monaten) im Anschluss an eine durchgemachte SARS-CoV-2 Infektion fortbestehen oder neu auftreten und anderweitig nicht erklärbar sind. Auch milde oder gar symptomfreie Verläufe einer SARS-CoV-2-Infektion können teils signifikante Langzeitfolgen nach sich ziehen!

## HÄUFIGKEIT

Etwa 5–15 % der COVID-Erkrankten sind von länger anhaltenden Krankheitssymptomen im Sinne eines Post-COVID-Syndroms betroffen.

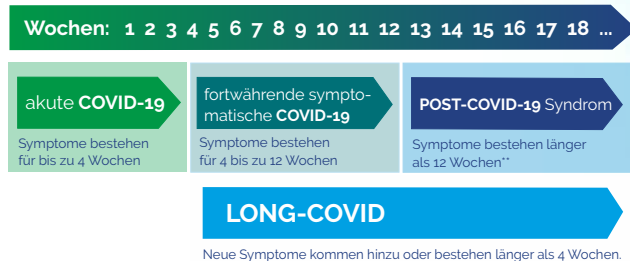
## URSACHEN

Die Ursachen sind noch nicht vollständig geklärt. Diskutiert werden Autoimmunreaktionen, die Reaktivierung früherer Viruserkrankungen, Schädigung der Mitochondrien (Zellkraftwerke), anhaltende Entzündungsprozesse im Körper, Entzündungen der Blutgefäße und eine gestörte Gerinnung.

## DIAGNOSE

Bislang sind weder messbare biologische Werte bekannt noch gibt es andere Diagnoseverfahren, mit denen ein Post-COVID-Syndrom zuverlässig diagnostiziert werden kann.

## Mögliche Verläufe einer SARS-CoV-2-Infektion\*



\*\* nicht erklärbar durch andere Diagnose

\* Darstellung gemäß ST-Leitlinie Post-COVID/Long-COVID

## TYPISCHE BESCHWERDEN BEI POST-COVID

### Allgemeinbefindlich:

- Wiederkehrendes Fieber
- Allgemeine Erschöpfung
- Eingeschränkte Belastbarkeit
- Schlafstörungen
- Haarausfall

### Organisch:

- Kurzatmigkeit
- Andauerndes Husten
- Herzrhythmusstörungen
- Bluthochdruck
- Thromboembolien
- Gastrointestinale Beschwerden

### Schmerz- und Missempfinden:

- Sensibilitätsstörungen
- Lähmungserscheinungen
- Muskelschmerzen
- Gelenkschmerzen
- Brustschmerzen
- Neuralgie

### Neurologisch:

- Geruch- und Geschmacksstörungen
- Schwindel
- Tinnitus
- Sehstörungen
- Häufige Kopfschmerzen
- Wortfindungsstörungen
- Vernebeltes Denken
- Gedächtnisstörungen
- Konzentrationsstörungen

### Psychologisch:

- Ängste
- Depressive Stimmung