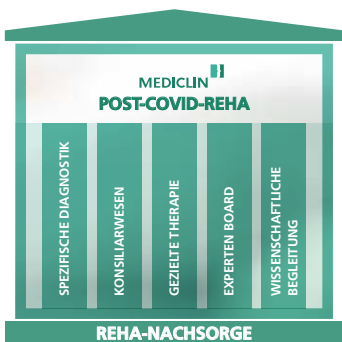


KRANKHEITSBILD

POST-COVID-SYNDROM



**MEDICLIN**   
**KLINIK AM RENNSTEIG**

# KRANKHEITSBILD

## POST-COVID-SYNDROM

In unserer Klinik behandeln wir Menschen nach einer überstandenen Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2. Welche Symptome dabei auftreten können und wie die Rehabilitation abläuft, lesen Sie hier.

Das Coronavirus kann praktisch jede Zelle des Körpers befallen und unser Immunsystem durcheinander bringen, daher sind Corona-Langzeitfolgen vielseitig. Wenn Menschen nach einer COVID-19-Erkrankung anhaltende Beschwerden haben, leiden Sie am „Post-COVID-Syndrom“ oder „Long-COVID-Syndrom“.

### DABEI KÖNNEN FOLGENDE SYMPTOME AUFTRETEN:

- **ständige Müdigkeit und Schwäche** (ähnlich wie Fatigue)
- **Husten und Atemnot**
- **Schmerzen und Missempfindungen**
- **Verlust des Geruchs- und Geschmackssinns**
- **Verminderung der Konzentrations- und Merkfähigkeit sowie Wortfindungsstörungen**
- **muskuläre Schwäche und Gelenk-Schmerzen**
- **seelische und psychische Belastung** (z.B. durch soziale Isolierung oder intensivmedizinische Behandlungen)
- **Gewichtsverlust**
- **Schlafstörungen**

Auch Menschen mit leichten COVID-19-Verläufen sind davon betroffen.

## Unsere Interdisziplinäre Post-COVID-Reha bei MEDICLIN

Da es sich beim Post- oder Long-COVID-Syndrom um ein sehr komplexes Krankheitsbild handelt, ist der Behandlungsansatz immer multimodal – also zusammengesetzt aus Bausteinen verschiedener Fachbereiche. Dennoch erfolgen Diagnostik und Behandlung immer nach einem individuell zugeschnittenen Plan.

### Das MEDICLIN-Konzept für die Rehabilitation von Post-COVID-Erkrankungen basiert auf insgesamt fünf Säulen:

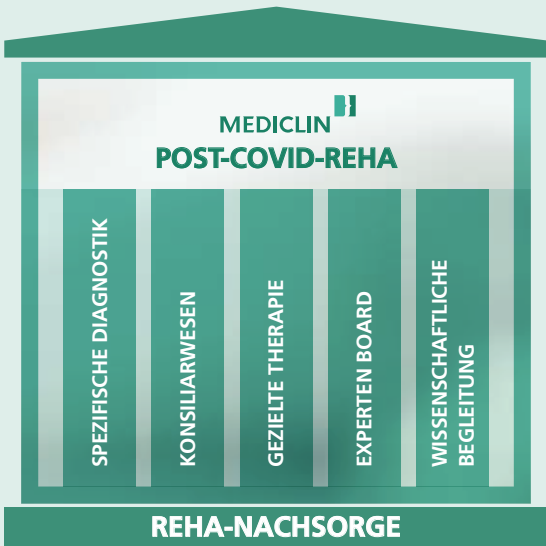
**1** Diagnostik, **2** interdisziplinäre Konsile, **3** Therapiemodule, **4** zentrales Post-COVID-Experten-Board und die **5** wissenschaftliche Begleitung. Das MEDICLIN-Expertenboard führt das Wissen zum Wohle der Patient\*innen zusammen.

Im Expertenforum, bestehend aus Ärztinnen und Ärzten der Fachbereiche Pneumologie, Kardiologie, Neurologie und Psychiatrie sowie erfahrenen Psycholog\*innen und Therapeut\*innen, können per Online-Plattform Patientenfälle vorgestellt werden. Im engen Wissens- und Erfahrungsaustausch entwickeln sich die Therapiestrategien ständig fort.

Parallel findet eine wissenschaftliche Begleitung statt.

## SPEZIFISCHE ZIELE IN DER BEHANDLUNG KÖRPERLICHER BESCHWERDEN

- Verbesserung der Atmungssymptome und der Luftnot
- Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit, Kraft, Kondition und Fitness
- Schulung im Umgang mit den Symptomen und Vermittlung von Strategien zur Krankheitsbewältigung
- Reduzierung von körperlichen Krankheitssymptomen, Förderung des Vertrauens in die körperliche Belastbarkeit durch gezieltes Training
- Verbesserung weiterer durch Organkomplikationen bestehender Einschränkungen



## SPEZIFISCHE ZIELE IN DER PSYCHISCHEN BEHANDLUNG

- die Krankheit bewältigen und Lebensqualität fördern
- Wissen im Umgang mit Stress und Belastungssituationen erweitern
- Verminderung von negativen Affekten wie Depression, Angst, Panik
- Strategien zur Krankheitsbewältigung erlernen
- Optimierung des Schlaf-Wach-Rhythmus

Auch bei sozialmedizinischen Fragen bei beruflichen oder privaten Problemlagen stehen wir Ihnen beratend zur Seite. Unser Ziel ist es, dass Sie sich nach der Reha wieder in Ihrem Alltag zurechtfinden.

## DIAGNOSTIK

**Nach einer ärztlichen Aufnahmeuntersuchung erfolgt eine beschwerdebezogene Diagnostik.**

- Wir untersuchen Sie auf Einschränkungen der Atmung, der körperlichen Belastbarkeit und weitere Organbeteiligungen nach einer Infektion mit COVID-19.
- Wir testen Ihre Aufmerksamkeit, Konzentrations- und Merkfähigkeit
- Außerdem untersuchen wir mögliche stressbezogene psychische Erkrankungen, wie Erschöpfungsdepressionen oder Angsterkrankungen im Kontext einer Infektion mit COVID-19.
- Ergänzend führen wir testpsychologische Untersuchungen durch.



Zur Illustration ohne Maske

## THERAPIE

**Ihre Behandlung planen wir individuell, je nach Krankheitssymptomen und festgelegten Therapiezielen.**

**Sie kann aus folgenden Modulen bestehen:**

- Atemphysiotherapie, Reflektorische Atemtherapie, Atemmuskeltraining: In der reflektorischen Atemtherapie wird durch Stimulation von Triggerpunkten reflektorisch eine freiere und tiefere Atmung ermöglicht.
- Körperliches Training, Ausdauertraining, Krafttraining
- Unterstützung bei eventuell noch erforderlicher Sauerstofftherapie oder Nichtinvasiver Beatmung
- Psychologisch geleitete Gesprächsgruppe für COVID-Patient\*innen zum Erfahrungsaustausch
- Geruchstraining bei Verlust oder Störung des Geruchs- und Geschmacks-Sinns
- Training der kognitiven Funktionen (Aufmerksamkeit, Konzentrations- und Merkfähigkeit)
- Ernährungsberatung





## DAS TEAM

In unserer Rehabilitationsklinik arbeiten wir fachübergreifend im multiprofessionellen Team, bestehend aus

- › **Ärzt\*innen,**
- › **Psycholog\*innen,**
- › **Kranken- und Gesundheitspfleger\*innen,**
- › **Ergotherapeut\*innen,**
- › **Sport- und Bewegungstherapeut\*innen,**
- › **Ernährungstherapeut\*innen,**
- › **Physiotherapeut\*innen**
- › **Dipl. Sozialarbeiter\*innen und**
- › **Logopäd\*innen.**

Unsere Ärztinnen und Ärzte sind Expert\*innen für Neurologie und Orthopädie.

Wöchentlich tagt ein Team von Expert\*innen fachübergreifend in einem engen Austausch, um die krankheitsspezifischen Beschwerden unserer Patient\*innen zu verbessern.

Unsere Therapie ist multimodal und richtet sich nach den Zielen, die wir gemeinsam mit Ihnen erarbeiten und anhand der vorliegenden Erkrankungssymptome abstimmen. Ein Nachsorgeplan gewährt die nahtlose Überleitung in die ambulante Behandlung.

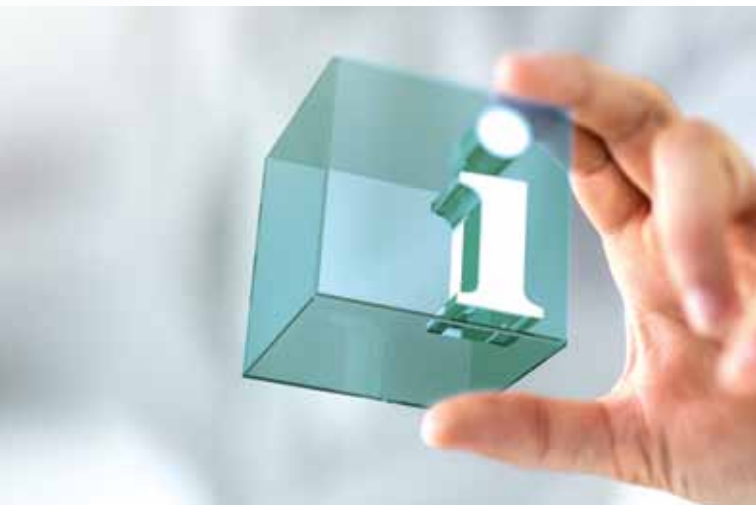
## FÜR WEN IST EINE POST-COVID-REHA SINNVOLL?

Eine Rehabilitation nach einer COVID-19-Erkrankung empfiehlt sich für Menschen, die mit anhaltenden Beschwerden und Corona-Spätfolgen (Long-COVID-Syndrom) nach leichten oder auch schweren Krankheitsverläufen zu kämpfen haben.

### **Dazu zählen Patient\*innen, die**

- unter den Langzeitfolgen der Beatmung leiden,
- eine COVID-Erkrankung mit der Beteiligung von Herz oder Lunge hatten,
- unter Atemnot, Husten, Schmerzen im Brustkorb oder Herzrhythmusstörungen leiden,
- unter schneller Erschöpfbarkeit und Müdigkeit, Konzentrations-, Merkfähigkeits-, Wortfindungsstörungen oder Störungen des Geruchs- und Geschmackssinns leiden,
- aufgrund der Erkrankung seelisch und psychisch beeinträchtigt sind,
- unter neurologischen Symptomen wie Muskel- und Gelenkschmerzen, Gefühlsstörungen oder Störungen der Feinmotorik (Zittern der Hände o.Ä.) leiden,
- unter Ein- und Durchschlafstörungen leiden.





## WIE BEANTRAGE ICH EINE POST-COVID-REHA?

Wir behandeln in unserer Klinik Post-COVID als Nebendiagnose, also wenn Sie aufgrund einer anderen Erkrankung zu uns kommen und zusätzlich am Post-COVID-Syndrom leiden.

Sollten Sie nach einer COVID-Erkrankung unter anhaltenden Beschwerden wie z.B. Müdigkeit, Konzentrationsschwäche, Luftnot, Herzproblemen oder Depressionen leiden, sprechen Sie mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt, um eine Reha zu beantragen.

Die Post-COVID-Reha kann unmittelbar nach einem Krankenhausaufenthalt als Anschlussheilbehandlung (AHB) oder ohne vorherigen Krankenhausaufenthalt als Heilverfahren (HV) beantragt werden.

Kostenträger sind die Deutsche Rentenversicherung, die Krankenkassen sowie die Berufsgenossenschaften und Unfallkassen.

## **MEDICLIN Klinik am Rennsteig**

Zimmerbergstraße 34, 99891 Bad Tabarz

Telefon 03 62 59 64 0

Telefax 03 62 59 64 100

info.rennsteig@mediclin.de

www.klinik-am-rennsteig.de

## **PATIENTENAUFNAHME**

### **Heike Erben**

Telefon 03 62 59 64 235

Telefax 03 62 59 64 150

### **Evgeniya Balabanova-Hristova**

Chefärztin der Fachklinik für Neurologie

### **Katrin Arndt**

Chefärztin der Fachklinik für Orthopädie

## **HÖREN UND SEHEN SIE DIE MEINUNG UNSERER EXPERTEN UNTER:**

[www.mediclin.de/schwere-folgen-nach-corona](http://www.mediclin.de/schwere-folgen-nach-corona)

