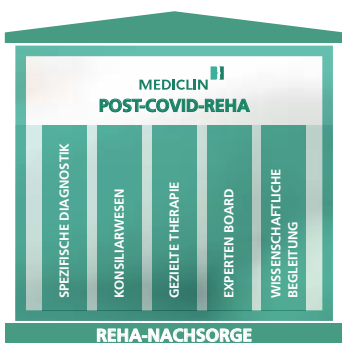


KRANKHEITSBILD

POST-COVID-SYNDROM



**MEDICLIN**   
**DEISTER WESER  
KLINIEN**

# 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.

Die Auswirkungen einer Infektion mit dem Coronavirus auf Körper und Psyche sind vielseitig und betreffen oftmals zahlreiche Organsysteme. Nach einer überstandenen Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 berichten viele Menschen über anhaltende Beschwerden wie:

- › **ständige Müdigkeit und Schwäche (Fatigue)**
- › **Husten und Luftnot**
- › **Nerven- und Gehirnschädigungen**
- › **Konzentrations- und Aufmerksamkeitsstörungen, Schlafstörungen**

**Ängste und Depressionen** können infolge der stattgehabten Virusinfektion erstmalig auftreten. Sie können Ausdruck einer neurophysiologischen Erkrankung sein oder aber im Kontext mit einer erschwerten Erlebnis- und Krankheitsverarbeitung auftreten. Menschen mit vorbestehenden psychischen Erkrankungen sind in besonderer Weise gefährdet erneut zu erkranken. Ob eine Posttraumatische Belastungsstörung nach z.B. intensivmedizinischer Behandlung vorliegt, bedarf einer sorgfältigen Untersuchung.

Mediziner\*innen sprechen bei diesen Auffälligkeiten vom Post-COVID-Syndrom. Auch Patient\*innen mit leichten COVID-19-Verläufen können davon betroffen sein.

## **Unsere Interdisziplinäre Post-COVID-Reha bei MEDICLIN**

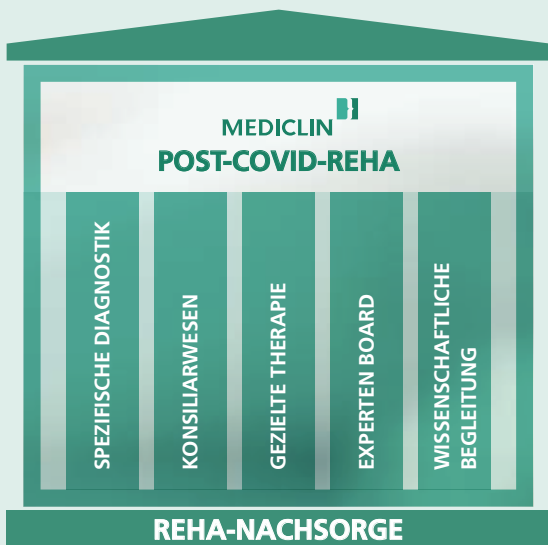
Da es sich beim Post- oder Long-COVID-Syndrom um ein sehr komplexes Krankheitsbild handelt, ist der Behandlungsansatz immer multimodal – also zusammengesetzt aus Bausteinen verschiedener Fachbereiche. Dennoch erfolgen Diagnostik und Behandlung immer nach einem individuell zugeschnittenen Plan.

### **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.

## **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
- Reduzierung von körperlichen Krankheitssymptomen, Vertrauen in die körperliche Belastbarkeit durch gezieltes Training entwickeln
- Verbesserung weiterer durch Organkomplikationen bestehender Einschränkungen



## SPEZIFISCHE ZIELE IN DER PSYCHISCHEN BEHANDLUNG

- die Krankheit bewältigen und Lebensqualität fördern
- seelisch stabiler werden
- Wissen im Umgang mit Stress und Belastungssituationen erweitern
- Verminderung von negativen Affekten wie Depression, Angst, Panik
- Verbesserung der Selbstwahrnehmung und des Selbstwertgefühls
- Eine gesunde Balance und Ausgeglichenheit finden
- Strategien zur Krankheitsbewältigung erlernen

Außerdem helfen wir bei der Klärung sozialmedizinischer Fragestellungen bei beruflichen oder privaten Problemlagen, damit Betroffene wissen, wie es nach der Reha weitergeht und sie wieder besser im Alltag zurechtkommen.

## DIAGNOSTIK

**Nach einer ärztlichen Aufnahmeuntersuchung erfolgt die somatische (vor allem internistisch, neurologisch) und psychologische Diagnostik.**

- Die ärztliche Aufnahmeuntersuchung dient der Erfassung körperlicher Erkrankungen und Funktionseinschränkungen.
- Im Rahmen der Psychotherapie erfolgt eine Diagnostik im Hinblick auf seelische Erkrankungen (z.B. depressive Erschöpfung, Angststörung, Panikstörung, Traumafolgestörung, chronic fatigue, etc.)

Testpsychologische Untersuchungen begleiten diesen Prozess.



## THERAPIE

**Je nach Schwerpunkt der Symptome und der Rehabilitationsziele erfolgt die individuelle Therapieplanung:**

- Atemphysiotherapie, Atemmuskeltraining
- Leistungsangepasstes sportherapeutisches Angebot, Entspannungsverfahren, Tai Chi
- Verbesserung der Körperwahrnehmung, um Belastungsgrenzen frühzeitig zu erkennen
- Psychotherapeutische Einzelgespräche zur Krankheitsbewältigung und Verarbeitung des Erlebten
- Spezielle Gruppentherapie Angebote zur Verbesserung depressiver Stimmung, Reduktion von Ängsten, Training von Problemlösefähigkeiten und Stressbewältigung
- Anpassung einer medikamentösen Therapie, falls erforderlich





## UNSER BEHANDLUNGSANGEBOT

- › Psychologische Gruppentherapien und Einzelgespräche
- › Falls notwendig Abstimmung einer medikamentösen Therapie
- › Fachärztliche Betreuung sowie ärztliche Rund-um-die-Uhr-Präsenz
- › Fachkrankenpflege
- › Patientenseminare
- › Entspannungsverfahren (Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson, Phantasiereisen)
- › Achtsamkeits- und Genusstraining
- › Physio- / Bewegungs- und Sporttherapeutisches Angebot
- › Musik- / Tanz- / Kreativ- und Ergotherapie
- › Ernährungsberatung und Lehrküche
- › Familien- und Paargespräche (bei Bedarf)
- › Testpsychologische Untersuchungen zur Diagnosestellung und Verlaufsbeobachtung
- › Sozialmedizinische Beratung zur Nachsorge bzw. nachfolgender ambulanter Therapie

### **Medizinisch orientierte berufliche Rehabilitation (MBOR)**

bei beruflichen Problemlagen mit sozialmedizinischer Klärung, damit Sie wissen, wie es nach der Reha weitergeht.

## 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) 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 Erschöpfung 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.

Sinnvoll ist eine Rehabilitation auch für diejenigen, die zwar nicht an Corona erkrankt sind, aber aufgrund der Corona-Pandemie seelisch leiden.

### **Besonders betroffen sind Menschen, die**

- seelisch überfordert sind:
  - Beschäftigte in Alten- und Krankenpflege,
  - Ärzt\*innen,
  - Alleinstehende,
  - Angehörige etc.
- an einer psychiatrischen oder psychosomatischen Grunderkrankung leiden





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

### **Sie leiden unter Corona-Langzeitfolgen und möchten eine Reha beantragen?**

Grundsätzlich haben Sie einen Anspruch auf eine Rehabilitation, um Ihre Gesundheit und Erwerbsfähigkeit zu erhalten.

Sprechen Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt an und stellen Sie gemeinsam einen Antrag bei Ihrem Kostenträger.

Die Post-COVID-Reha kann 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.

### **WEITERE INFORMATIONEN**

Deutschen Rentenversicherung (DRV)

[www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/UEBER-UNS-UND-PRESSE/Presse/Meldungen/2021/210208\\_tmn\\_post-covid-reha.html](http://www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/UEBER-UNS-UND-PRESSE/Presse/Meldungen/2021/210208_tmn_post-covid-reha.html)

## **MEDICLIN Deister Weser Kliniken**

### *Klinik Weser*

Rehabilitationsfachklinik für Psychosomatik  
und Verhaltensmedizin

Lug ins Land 5, 31848 Bad Münster

Telefon 0 50 42 6 00-0, Telefax 0 50 42 6 00-245

info.deister-weser-reha@mediclin.de

www.deister-weser-kliniken.de

## **MEDICLIN Deister Weser Kliniken**

### *Klinik Deister*

Rehabilitationsklinik für Onkologie, Gastroenterologie,  
HNO-Onkologie, Urologie und Nephrologie

Deisterallee 40, 31848 Bad Münster

Telefon 0 50 42 600-97 28, Telefax 0 50 42 600-245

info.deister-weser-reha@mediclin.de

www.deister-weser-kliniken.de

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

[www.mediclin.de/corona-und-die-seele](http://www.mediclin.de/corona-und-die-seele)

