

Im Schatten von Corona: Das steckt hinter dem „Post-Covid-Syndrom“

Prof. C. Diehm

Auch nach überstandener Erkrankung fühlen sich viele Corona-Patienten nicht gesund. Doch die Covid-19-Langzeitfolgen sind unter Medizinern umstritten.

Die [Corona-Strategie der Politik](#) fußt auf drei Säulen: der Sieben-Tage-Inzidenz, den Todesfällen und der Belegung der Intensivbetten. Diese Säulen sind bei genauerer Betrachtung recht wackelig.

Die Inzidenz ist letztlich nicht wirklich ermittelbar. Am Wochenende sinkt sie, weil die Gesundheitsämter teils nicht arbeiten, dann steigt sie, weil Tests inzwischen auch bei [Aldi](#) gekauft werden können. Die Dunkelziffer ist demnach nur schwer abschätzbar. Trotzdem starren wir jeden Morgen auf die [Inzidenzzahlen des RKI](#), als seien sie in Stein gemeißelt.

Valider zur Lagebeurteilung sind die Statistiken über die Todesopfer, auch wenn die Experten nach wie vor darüber streiten, wie das „An- und-mit-Corona-Verstorben“ exakt zu bestimmen ist. Fakt ist, dass durch das Impfen der älteren und pflegebedürftigen Bevölkerungsgruppen hier in den vergangenen Wochen bereits enorme Fortschritte erzielt wurden.

Die härteste Währung zum Stand der Pandemie ist die [Belegung der Intensivbetten mit Corona-Patienten](#). Diese Zahl steigt seit Wochen wieder, das ist kein gutes Zeichen. Auch viele jüngere Menschen benötigen inzwischen intensivmedizinische Betreuung.

Eine Statistik indes fehlt bei der Lagebewertung. Die Zahl der Menschen, die nach einer Corona-Erkrankung weiterhin an den Folgen leiden. Es macht einen riesigen Unterschied, ob genesene Covid-Patienten nach einer gewissen Zeit wieder zu 100 Prozent hergestellt sind oder eine Vielzahl an Menschen noch Monate oder Jahre an Symptomen kuriert.

Post-Covid-Syndrom ist noch wenig erforscht

Wie massiv ist das „Long Covid“ beziehungsweise auch „Post-Covid-Syndrom“ genannte Phänomen? Um es vorwegzunehmen: Die Pandemie ist noch zu jung, um evidenzbasierte eindeutige Antworten zu geben. Einerseits gibt es alarmierende Fälle, aber es ist bislang nicht ausreichend geklärt, in welchem Umfang diese eintreten.

Und es gibt auch Mediziner, die die Furcht vor Langzeitfolgen in beträchtlichem Ausmaß für übertrieben halten, darin eher einen Mythos sehen. Man kann sich der Antwort also derzeit lediglich annähern.

Um der Fragestellung nachzugehen, hat das National Institute of Health (NIH), die oberste US-amerikanische Gesundheitsbehörde, angekündigt, kurzfristig 1,5 Milliarden Dollar an Forschungsgeldern in die Hand zu nehmen. Es gibt Anhaltspunkte, die eine intensive Untersuchung rechtfertigen.

Eine englische Studie beispielsweise zeigt, dass 2,3 Prozent der Befragten mit einer Covid-Infektion mehr als zwölf Wochen nach einem positiven Test noch Symptome hatten. Eine Schweizer Studie aus Zürich ergab, dass 25 Prozent der Infizierten sich nach sechs Monaten immer noch nicht komplett erholt hatten.

Allein schon die Differenz zwischen den beiden Studien belegt, wie schwierig es offensichtlich ist, belastbare Zahlen beizubringen. Das „Deutsche Ärzteblatt“ bezeichnet das Long-Covid-Syndrom als

„Schatten von Covid-19“. Bereits im späten Frühjahr 2020 gab es erste Artikel über Langzeitfolgen nach Covid-19-Infektionen, die auch nach eigentlich milden Verläufen eintraten.

Berichtet wird dann von chronischen Schmerzen, Gedächtnisaussetzern sowie starker Erschöpfung und Abgeschlagenheit über einen längeren Zeitraum. Ferner bleibt der Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns bestehen. Schon bald bildeten sich in größeren Kliniken im In- und Ausland Sprechstunden speziell für dieses Krankheitsbild.

Eine klare Definition für dieses Syndrom gab es lange nicht. Zum ersten Mal beschrieb eine britische Gesundheitsbehörde das „Post-Covid-19-Syndrom“ als eine Gruppe von Beschwerden, die nach einer akuten Infektion auftreten und über einen Zeitraum von zwölf Wochen anhalten. Keine Frage: Long Covid ist gerade für jüngere Betroffene der Schrecken der Pandemie geworden.

Einige Ärzte zweifeln am Krankheitsbild

Andererseits gibt es auch Experten, die die Berichte in den Medien vor allem als vereinzelte Phänomene interpretieren, denen insgesamt zu viel Aufmerksamkeit geschenkt wird. Diese Gruppe von Medizinern weist darauf hin, dass es nicht Ärzte waren, sondern Patientenorganisationen, die den Begriff der Langzeitfolgen kreierten, und es folglich auch eine systematische Definition lange nicht gab, um Long Covid zu bestimmen und an Patienten zu diagnostizieren.

Sie argumentieren, dass einzelne eintretende Symptome nach Virusinfekten, wie zum Beispiel Influenza, schon seit Langem bekannt sind. Sie wurden bislang in der Medizin unter dem Begriff „Chronic-Fatigue-Syndrom“ (CFS) zusammengefasst.

Viele Menschen kennen das, sie kommen nach einer Grippe oft nur sehr langsam wieder auf die Beine und fühlen sich in einem

krankhaften Erschöpfungszustand. Auch bei Krebspatienten ist dieses Krankheitsbild bekannt. Für die Entstehung einer CFS wird heute eine gestörte Immunregulation nach Autoimmunprozessen im Körper verantwortlich gemacht.

Die Frage in Zusammenhang mit dem Long-Covid-Syndrom lautet: Sind viele Beschwerden nicht in erster Linie das schon länger bekannt CFS? Nicht alles, was sich möglicherweise wie Long Covid anfühlt, muss in Wirklichkeit mit dieser Erkrankung zu tun haben.

Die Leiter von Post-Covid-Sprechstunden berichten, dass auffallend viele Frauen im mittleren Lebensalter betroffen sind. Von unserer täglichen Arbeit in den Praxen und in den Kliniken wissen wir, dass Frauen ein erhöhtes Risiko für Autoimmunerkrankungen und auch für chronische Entzündungsprozesse haben. In den Spezialsprechstunden zeigte sich zudem, dass viele Patienten mit langanhaltenden Beschwerden gar keine Covid-19-Infektion durchgemacht hatten.

Vor diesem Hintergrund warnte beispielsweise Jeremy Devine, ein Psychiater an der McMaster University in Ontario, [in einem Beitrag für das „Wall Street Journal“](#) davor, voreilige und unkritische Schlüsse in Bezug auf Long Covid zu ziehen. Er wies darauf hin, dass in der Medizingeschichte schon häufiger Thesen zu Folgeerkrankungen zurückgenommen werden mussten. Die vierte Säule der Beurteilung von Covid-19 ist also noch längst nicht wissenschaftlich gesichert.