



Patientenfeedback für
Patientensicherheit



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Überblick über Ansätze für die Behandlung von Patientinnen und Patienten mit Long COVID und Post COVID

Basierend auf ca. 1.000 Erfahrungsberichten von Patientinnen, Patienten und Angehörigen zu Long-Covid und Post COVID aus dem Projekt „Patienten-Feedback für Patientensicherheit“ <https://patienten-feedback-fuer-patienten.de/> wurde dieser Überblick nach detaillierter Analyse und Sichtung der Fälle erstellt.



<https://patienten-feedback-fuer-patienten.de/>



Ansätze für die Behandlung von Patientinnen und Patienten mit Long COVID und Post COVID

Bei der Behandlung von Long Covid Patienten ist ein multidisziplinärer und ganzheitlicher Ansatz erforderlich, da die Symptome und Bedürfnisse der Patienten sehr vielfältig sein können. Im Folgenden ist eine Zusammenstellung der Behandlungsmaßnahmen auf Basis der eingegangenen Erfahrungsberichte dargestellt. Dieser Überblick soll Long COVID Betroffenen sowie Gesundheitspersonal als Orientierung und Unterstützung bei

der Behandlung dienen. Auf die individuelle Belastungsgrenze des Betroffenen muss geachtet werden und Pacing als eine wichtige Strategie betrachten.



Maßnahmen	Mögliche Behandler	Beschreibung
Atemtherapie	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Atemtherapeuten	Gezielte Atemübungen zur Verbesserung der Atemtechnik, Lungenfunktion und zur Reduzierung von Atembeschwerden.
Kognitive Verhaltenstherapie & Rehabilitation, psychologische Unterstützung	Psychologen/Psychotherapeuten, Neuropsychologen, Psychiater	Gesprächstherapie zur Bewältigung von Angst, Depression und anderen psychischen Problemen, die mit Long Covid verbunden sind. Strategien zur Bewältigung von Gedächtnisproblemen, Konzentrationsschwierigkeiten und anderen kognitiven Beeinträchtigungen.
Ernährungsberatung	Fachärzte, Ernährungsberater, Diätassistenten	Individuell abgestimmte Ernährungsempfehlungen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Reizdarmsymptomen. Ggf. Nahrungsergänzungsmittel zum Ausgleich von Mangelerscheinungen und ausgewogener Nährstoffzufuhr bei einer chronischen Erkrankung.
Medikamentöse Behandlung	Hausärzte/Fachärzte	Einsatz von Medikamenten zur Linderung spezifischer Symptome wie Schmerzen, Kreislauf- oder Schlafstörungen.
Ergotherapie	Ergotherapeuten	Unterstützung bei der Wiederherstellung der Fähigkeit, tägliche Aktivitäten auszuführen und Anpassung der Lebensumgebung an die Bedürfnisse des Patienten.
Schlafmanagement und -beratung	Schlafmediziner	Strategien und Techniken zur Verbesserung der Schlafqualität und zur Regulierung des Schlafmusters.
Physiotherapie zur Steigerung der Kondition ohne Überanstrengung	Physiotherapeuten	Übungen zur Stärkung der Muskeln, Verbesserung der Ausdauer und Flexibilität, sowie zur allgemeinen körperlichen Kondition. WICHTIG: niemals über Belastungsgrenze und in Abhängigkeit vom Gesundheitszustand! Bei schwerer Belastungsintoleranz und ME/CFS: vorsichtige manuelle Therapie bei schmerzhaften Verspannungen und Immobilität.
Stressmanagement und Entspannungstechniken	Psychologen/Psychotherapeuten	Methoden wie Achtsamkeitsübungen, Meditation, progressive Muskelentspannung zur Stressreduktion und Förderung der Entspannung, Yoga, Pilates.
Unterstützung bei der Energieverwaltung bzw. beim Energiemanagement	Ergotherapeuten, Physiotherapeuten	Techniken zur effizienten Nutzung und Erhaltung der Energie im Alltag, einschließlich Pausenmanagement und Priorisierung von Aufgaben, Pacing

Physikalische Therapie	Fachärzte, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten	Einsatz von Wärme-, Kälte-, Elektro- und Hydrotherapie zur Linderung von Schmerzen und zur Förderung der Genesung.
Schmerzmanagement	Hausärzte/Fachärzte, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten,	Schmerztherapie, physikalische Therapie, medikamentöse Behandlung, alternative Schmerzbehandlungsmethoden. Maßnahmen zur Linderung chronischer Schmerzen, die durch Long Covid verursacht oder verschlimmert werden können.
Soziale Reintegration	Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen, Rentenversicherung,)	Unterstützt Patienten bei der Wiedereingliederung in das soziale Leben. Beratung und Unterstützung durch soziale Unterstützungsnetzwerke und Haushaltshilfen.
Berufliche Reintegration	Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen, Arbeitgeber, Krankenkassen, Berufsgenossenschaften, Rentenversicherung, Deutsche Berufsförderungswerke (BFW)	Unterstützt Patienten bei der Wiedereingliederung in das berufliche Leben. Beratung und Training für die berufliche Wiedereingliederung

Bitte beachten Sie, dass die Behandlung immer individuell auf den Patienten abgestimmt werden sollte und die oben genannten Maßnahmen lediglich eine Zusammenstellung auf Basis der Erfahrungsberichte von Long Covid Patienten darstellen.

Die hier genannten Maßnahmen sollten immer in enger Abstimmung mit den jeweiligen Fachkräften definiert sowie durchgeführt werden, um eine auf den einzelnen Patienten zugeschnittene, passende und effektive Behandlung zu gewährleisten. Eine enge Zusammenarbeit zwischen den verschiedenen Behandlern und eine regelmäßige Bewertung des Patientenstatus sind für eine effektive Behandlung von Long Covid zentral.

Weitere Informationen finden Sie

- › Auf der Seite der Long-Covid-Vernetzungsstelle
- › Long Covid Netzwerk
- › LONG COVID Deutschland
- › Leitlinie „Long/Post-COVID-Syndrom“ für Betroffene, Angehörige, nahestehende und pflegende Personen
- › Charité Fatigue Centrum
- › Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin
- › Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen



Patientenfeedback für Patientensicherheit

Deutsche Gesellschaft für Patientensicherheit gemeinnützige GmbH

August-Bebel-Straße 13
72762 Reutlingen

Dr. med. Marcus Rall
Geschäftsführer

Telefon: +49 (0)7121 159 58 00
E-Mail: marcus.rall@patientensicherheit.de

Verbundkoordination:

Techniker Krankenkasse (TK)
Bramfelder Straße 140
22305 Hamburg

Hardy Müller
Beauftragter der TK für Patientensicherheit

Telefon: +49 (0)40 6909 2439
E-Mail: hardy.mueller@tk.de

Kooperationspartner:

Inworks GmbH
Hörvelsinger Weg 39
89081 Ulm

Markus Tannheimer
Geschäftsführer

Telefon: +49 (0)731 938070
E-Mail: info@inworks.de



DGPS
Deutsche Gesellschaft
für Patientensicherheit

