

# Ein Virus mit Nachhaltigkeit

**Ständig schlapp** Long COVID beeinträchtigt das Leben mancher Patientinnen und Patienten noch Monate oder Jahre nach einer Infektion. Wie viele Menschen betroffen sind – und ob es Medikamente gibt, die helfen. Neue Erkenntnisse aus der Forschung.

Leonie Dolder

**D**ie meisten Menschen, die an einer COVID-Infektion erkranken, erholen sich vollständig, manche aber nicht. Zwar existiert noch keine universelle Definition für Long COVID – die WHO hat aber in einem Konsensus-Statement [1] im Oktober 2021 versucht, eine Vereinheitlichung der Definitionen zu erzielen: «Long Covid tritt [...] in der Regel drei Monate nach Ausbruch von COVID mit Symptomen auf, die mindestens zwei Monate anhalten und nicht durch eine andere Diagnose erklärt werden können.» Die Liste der Symptome ist lang: Zu den häufigsten zählen Müdigkeit (58%), Kopfschmerzen (44%), Konzentrationsdefizite (27%), Haarausfall (25%) und Atemnot (24%) [2]. PD Dr. med. Dominique Braun, Oberarzt in der Klinik für Infektionskrankheiten und Spitalhygiene im Universitätsspital Zürich (USZ), führt aus, dass im Vergleich zu anderen Erkrankungen kein Biomarker zur Diagnose der Krankheit bestehe, was die Diagnose umso schwieriger mache.

## Impfung reduziert Risiko

Die Häufigkeit von Long COVID scheint auf den ersten Blick noch nicht verlässlich eingeschätzt werden zu können: Je nach Falldefinition, Datenbasis und Studienmethodik kommen die Analysen zu unterschiedlichen Resultaten [3, 4]. Prof. Dr. med. et phil. Milo Puhan, Direktor am Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention der Universität Zürich, betont aber, man könne davon ausgehen, dass 20% aller Personen mit einer bestätigten Infektion an Long COVID erkranken, was etwa 5% aller Infizierten entspreche.

Die jetzige Forschung kommt zum Schluss, dass das Risiko für Langzeitfolgen mit dem Schweregrad der Erkrankung steigt. In vielen Studien ist übereinstimmend beobachtet worden, dass Mädchen und Frauen häufiger von Long COVID betroffen sind als Jungen und Männer derselben Altersgruppen [5]. PD Dr. med. Braun verweist auf eine aktuelle Studie aus Israel, die belegt, dass eine Booster-Impfung das Risiko für Long COVID reduziert [6].

## Die Hoffnungsträger

Die zugrunde liegenden Mechanismen von Long COVID sind noch nicht geklärt, wobei Erkenntnisse hierzu dank intensiver Forschung fortlaufend hinzukommen. Dr. med. Michael Gengenbacher, Ärztlicher Direktor Innere Medizin und Bewegungsapparat von Zurzach Care, führt unter

anderem stationäre Rehabilitationsbehandlungen von Long-COVID-Betroffenen durch. Da das Virus mutiert, seien Medikamente gefragt, die nicht in die Mutation eingebaut und folglich unwirksam werden, so Gengenbacher. «Eine solche Forschung kann nur über Gentechnik genügend reaktiv und adaptiv sein.»

Momentan gebe es keine anerkannte Therapie spezifisch für Long COVID, bestätigt auch Dominique Braun. Aber auch er verweist auf eine aktuelle Studie [7] und erklärt, dass eine Frühtherapie mit Nirmatrelvir (Paxlovid) das Risiko für Long COVID verringern könnte. Die Studie belegt, dass eine Behandlung mit Nirmatrelvir das Risiko um 26% senkte. Bei zehn von zwölf untersuchten Beschwerden schnitten die Teilnehmenden, die nicht mit Nirmatrelvir behandelt wurden, schlechter ab. Dazu gehörten etwa Kurzatmigkeit, Erschöpfung oder Herzrhythmusstörungen. Braun betont aber, dass diese Frühtherapie in der Schweiz aktuell nur für Hochrisikopatienten vergütet werde, um das Risiko für einen schweren Verlauf zu reduzieren. Aktuell läuft eine Studie am Universitätsspital Basel, die den Einfluss von Fampridin auf das Arbeitsgedächtnis bei Patienten mit Long COVID untersucht [8]. Es handelt sich dabei um einen reversiblen Kaliumkanal-Blocker, der bei der Multiplen Sklerose zur Verbesserung der Gehfähigkeit eingesetzt wird.

## Somatische Abklärung

Aktuell gibt es mindestens 49 spezialisierte Sprechstundenangebote und 47 Rehabilitationsangebote in der Schweiz [9]. Die Klinik für Infektionskrankheiten am USZ erhält etwa viele Zuweisungen von Hausärzten. Braun führt aus, dass

## Long-COVID-Netzwerke

Als Patienteninitiative für Betroffene wurde 2021 der Verein Long COVID Schweiz gegründet. Er setzt sich für eine Anerkennung von Long COVID als Krankheitsbild neuroimmunologischer Ursache ein. Auch das Netzwerk Altea Long COVID setzt sich für Betroffene ein und stellt Informationen rund um das Krankheitsbild zusammen – auch für Fachpersonen.



© AlphaSpirit / Dreamstime

Long COVID: Wenn die Symptome auch nach langer Zeit nicht verschwinden.

das USZ sozusagen als Triagestelle fungiere: «Zuerst werden somatische Abklärungen durchgeführt, um andere Erkrankungen, welche die Symptome auslösen könnten, auszuschliessen.» Betroffene sollten pragmatisch behandelt werden, eine Überdiagnostik müsse vermieden werden. Man habe einige Fälle, in denen so beispielsweise eine versteckte Schilddrüsenfunktionsstörung aufgedeckt wurde, die tatsächlich die Ursache der Symptome war. Erst anschliessend werden die Patienten weiter triagiert, je nach Beschwerdebild in die Neurologie, Kardiologie, Pneumologie oder Psychiatrie. Wichtig sei auch die Zusammenarbeit mit der Physio- und Ergotherapie und damit verbunden die Schulung im Energiemanagement.

### Eine sozioökonomische Belastung

Long COVID führt neuen Erkenntnissen zufolge häufig zu Störungen im Arbeitsleben. Im Durchschnitt berichten Personen mit schweren Symptomen über eine um 50% verringerte Arbeitsfähigkeit [10]. Es wird sich also auch die Frage nach Leistungen der Invalidenversicherung und der Pensionskasse stellen. Klar ist: Nur mit weiterer Forschung können evidenzbasierte Entscheidungen zum neuen Krankheitsbild getroffen werden. Das BAG publizierte Ende Oktober

Milo Puhans neuntes Update zu Long COVID: Aktuell sind 164 Studien zur Behandlung und Rehabilitation von Langzeit-COVID registriert, davon 23 abgeschlossen [11].

Dazu gehören auch die Studien im Rahmen des Nationalen Forschungsprogramms «COVID-19» (NFP 78) des Schweizerischen Nationalfonds, das 2020 gestartet wurde und über einen Finanzrahmen von 20 Millionen Franken verfügt [12]. Aktuelle Projekte forschen über Langzeitfolgen wie das Immunologische Gedächtnis nach einer COVID-Infektion [13], die kognitiven Beeinträchtigungen durch COVID [14], die Folgen einer Infektion in Bezug auf Herz-Kreislaufkrankungen [15] oder die Auswirkungen der Pandemie auf die psychische Gesundheit [16].

*Lesen Sie auch den Fallbericht über Post-COVID im Swiss Medical Forum in dieser Ausgabe.*



### Literatur

Vollständige Literaturliste unter [www.saez.ch](http://www.saez.ch) oder via QR-Code