

Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Behandlungsprogramme in der Rehabilitation

– Brauchen Rehabilitanden individuelle Post Corona Reha-Konzepte?

Im Folgenden verwenden wir aus Gründen der besseren Lesbarkeit immer die männliche Form, gemeint sind selbstverständlich immer alle Geschlechter (m/w/d).

Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Behandlungsprogramme in der Rehabilitation – Brauchen Rehabilitanden individuelle Post Corona Reha-Konzepte?

Über sechs Millionen Menschen haben sich bislang in Deutschland mit dem SARS-Coronavirus-2 (SARS-CoV-2) infiziert. Davon haben ca. 1 Mio. das Krankheitsbild COVID-19 entwickelt (Stand Dezember 2021). Die meisten davon gelten als genesen. Doch dazu zählen auch die Patienten (wir verwenden im Text die männliche Form, gemeint sind immer Menschen jeden Geschlechts, m/w/d), die trotz überstandener Coronavirus-Infektion unter erheblichen COVID-19-Spätfolgen leiden. „Post-Covid-Syndrom“ oder „Long COVID“ nennen Fachleute dieses neue Krankheitsbild. Als Risikopersonen für schwere Verläufe der Infektion gelten vor allem Menschen in höherem Alter und mit diversen insbesondere kardiovaskulären Vorerkrankungen wie die koronare Herzerkrankung, Bluthochdruck, Diabetes mellitus, chronische Lungenerkrankungen und Adipositas. (Quelle: Long Covid: Der lange Schatten von COVID-19 Dtsch Arztebl 2020; 117(49): A-2416 / B-2036) Inzwischen wird immer deutlicher, dass die Erkrankung (COVID-19) nicht nur die Lunge beeinträchtigt, sondern den gesamten Organismus mit unterschiedlicher Beteiligung vieler Organsysteme, was im Bereich der Neurologie zur Bezeichnung „Neuro-COVID“ (=Enzephalopathie, Infektion des zentralen Nervensystems, ischämischer Schlaganfall, andere zentralnervöse Symptome) führte. Außer einer starken Beeinflussung des Gerinnungssystems treten kardiologische Entitäten wie Myokardinfarkte, Herzrhythmusstörungen und eine Myokarditis auf (Quelle: Deutsches Ärzteblatt).

Gerade COVID-19 Patienten mit somatischen Risikofaktoren sollten durch ein routinemäßiges Screening auf das Vorliegen von Angst-, Depressions- und Stresssymptomen untersucht werden, sonst können psychische Folgestörungen leicht übersehen werden (Wesemann U., et al, WMM 2021 - 65 (3-4). Neben den somatischen Folgen durch eine COVID-19 Erkrankung haben die generellen Maßnahmen zur Eindämmung der Pandemie wie die beiden Lockdowns zu einer erheblichen psychischen Beeinträchtigung geführt: bestehende psychische Erkrankungen wurden durch Unsicherheit und reduzierte medizinische Kontakte aggraviert, neue Erkrankungen durch hohe Arbeitsbelastung, insbesondere in den systemrelevanten Bereichen wie dem Gesundheitssystem und Unsicherheit ausgelöst (Quelle: Reha-Kolloquium – Plenarvortrag am 23.03.2021). Zudem gibt es Menschen, die zwar nicht an COVID-19 erkrankt sind, aber unter den seelischen Auswirkungen der Corona-Pandemie leiden, vgl. E.-L. Brakemeier et al., Die COVID-19-Pandemie als Herausforderung für die psychische Gesundheit; Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie (2020).

Definition „Long-Covid / Post-Covid“.

In der S1-Leitlinie Post-COVID/Long-COVID (Stand 12.07.2021) findet sich dazu folgende Definition:

„Das neuartige Corona-Virus Typ 2 (severe acute respiratory syndrome coronavirus type 2, SARS-CoV-2) ist für die Pandemie mit der Coronavirus-Krankheit 2019 (COVID-19) verantwortlich, die zu globalen Krisen mit angespannten Ressourcen in Gesundheitssystemen geführt hat. COVID-19 (ICD U07.1) ist heute als Multiorgan-Krankheit mit einem breiten Spektrum von Manifestationen anerkannt. Ähnlich wie bei anderen Infektionskrankheiten, gibt es nach einer akuten SARS-CoV2-Infektion immer mehr Berichte über anhaltende Beschwerden (Abb. 1), die jenseits einer Zeitspanne von vier Wochen ab Infektion als Long-COVID oder post-akute Folgen von COVID-19 (post-acute sequelae of COVID-19) [1] und bei Persistenz von mehr als zwölf Wochen als Post-COVID-Syndrom bezeichnet werden (Abb. 2) Quelle: 020-0271_S1_Post_COVID_Long_COVID_2021-07.pdf (awmf.org)

Wie häufig sind Corona-Spätfolgen?

(Quelle: <https://www.mediclin.de/medizin-gesundheit/medizinische-schwerpunkte/reha-nach-corona-covid-19/>)

Wer eine akute COVID-19-Erkrankung überstanden hat, ist noch lange nicht gesund. Das trifft zumindest laut der aktuellen Studienlage (Stand März 2021) für einen großen Teil der Infizierten zu. Auch bei milden Verläufen kann es zu erheblichen Corona-Spätfolgen kommen. Experten gehen davon aus, dass 10 bis 20% der COVID-19-Patienten unter Corona-Langzeitfolgen, dem sogenannten „Post-Covid-Syndrom“ bzw. „Long Covid“ leiden, wobei es dabei stark auf den Untersuchungszeitraum ankommt (Quelle: Deutsches Ärzteblatt). Die medizinische Versorgung von COVID-19-Patienten dauert häufig wochen- oder sogar monatelang an.

Welche Corona-Langzeitfolgen können auftreten?

Die Symptome eines Post-Covid-Syndroms sind vielfältig, je nach dem Organbefall:

- Andauernde Müdigkeit (Fatigue)
- Lungenschäden, Atemnot, Husten
- Verlust des Geruchs- und Geschmackssinns
- Psychische Probleme
- Gefäßerkrankungen
- Nerven- und Gehirnschädigungen

Für folgende Bereiche gibt es bereits angepasste bzw. spezifische Reha-Konzepte im Kontext mit Corona: (vergleiche Median Kliniken - <https://www.median-kliniken.de/de/zuweiser-kostentraeger/reha-fuer-covid-19-erkrankte/>).

Post-COVID-Syndrom

1. Symptome, die aus der akuten COVID-19 Phase oder deren Behandlung fortbestehen.
2. Symptome, die zu einer neuen gesundheitlichen Einschränkung geführt haben.
3. Neue Symptome, die nach dem Ende der akuten Phase aufgetreten sind, aber als Folge von COVID-19 assoziiert sind.
4. Verschlechterung einer oder mehrerer somatischer und oder psychischer Grunderkrankungen.

Durch die Pandemie und deren Begleiterscheinungen ausgelöste oder verstärkte Störungen:

- Angststörungen
- depressive Befürchtungen
- Essstörungen
- Zwangsstörungen durch besondere Hygienevorschriften
- klaustrophobe Ängste durch Ausgangsrestriktionen
- prolongierte Trauerreaktionen
- Depressionen durch als traumatisch erlebte Behandlungen von Angehörigen mit COVID-19 und/oder deren Todesfälle
- Schlafstörungen
- Stressbedingte Folgeerkrankungen

Bei medizinischem Personal, das in der Corona-Behandlung eingesetzt wird, treten zudem auf:

- Erschöpfungsdepressionen
- Traumafolgestörungen

Hinzu kommen somatoforme Störungen und Somatisierungsstörungen als mögliche psychische Folgen der Corona-Erkrankung und deren Behandlung.

Mögliche Ursachen für psychische Belastungen im Zuge der COVID-19-Pandemie

- Fortwährende Einschränkungen im privaten und öffentlichen Leben (Stichwort „Lockdown“)
- Daraus resultierende Isolation und Einsamkeit
- Im Rahmen von Homeoffice Verlust von sozialen Kontakten (Kollegen, Kunden, etc.) und Einschränkungen in der Tagesstruktur
- Bei Menschen mit Migrationshintergrund durch Reisebeschränkungen ggf. Kontakteinschränkungen mit der Bezugsfamilie im Heimatland.

- Verlust und / oder Pflege von Angehörigen mit Corona-Infektion, was zu erheblicher Erschöpfung und komplexen Trauerreaktionen führen kann
- Psychische Belastungssymptome (z. B. Ängste, depressive Verstimmung)
- Traumafolgestörungen / Anpassungsstörungen durch erhebliches Angsterleben im Rahmen der potenziell lebensbedrohlichen Infektion mit dem SARS-CoV-2 Erreger und der Behandlung
- Berufliche und finanzielle Sorgen (z. B. durch Kurzarbeit, Sorgen um den Verlust des Arbeitsplatzes)
- Konflikte in Beziehungen (z. B. Probleme in der Versorgung von Kindern, häusliche Gewalt, Partnerschaftsprobleme)
- Besondere Belastungen in Familien (einer oder beide Partner im Homeoffice, ein Kind oder mehrere Kinder zeitgleich im Homeschooling, etc.)
- Psychische Überforderungssituationen (z. B. für Beschäftigte in Alten- und Krankenpflege, Ärzte, Alleinstehende)
- Psychiatrische oder psychosomatische Grunderkrankungen, welche durch die Pandemiesituation ungünstig beeinflusst werden
- Einschränkung von sportlicher Betätigung und sozialem Austausch
- Wegfall von Unterstützung bei Aussetzen von Selbsthilfegruppen

Zusammenfassung:

Die Corona-Pandemie hatte auf sehr viele Menschen erhebliche psychische Auswirkungen durch vermehrtes Stresserleben, Existenzängste, Überforderungserleben, soziale Isolation, u.v.a.m.

Bestehende psychische Erkrankungen wurden verstärkt oder sind selbst nach längeren Remissionsphasen reexacerbiert, insbesondere depressive Störungen und Angsterkrankungen. Dazu kommen bei Patienten nach durchgemachter COVID-19 Erkrankung bzw. Infektion mit SARS-COV-2 Virus (Stand Juni 2021 ca. 3.700.000) in bis zu 10% der Fälle zu einem Long- oder Post-Covid-Syndrom mit anhaltenden Symptomen und Teilhabestörungen.

Aus einem Reha Antrag sollte unbedingt klar hervorgehen, in welchem Bereich die größten Einschränkungen bestehen. Wenn die Psychischen Beeinträchtigungen im Vordergrund stehen, bietet die Mittelrhein-Klinik für diese Patienten ein spezifisches, multimodales Reha Programm an.



Mittelrhein-Klinik, Fachklinik für Psychosomatische Rehabilitation
 Boppard, 06.12.2021 Dr. med. Frank Matthias Rudolph
 Facharzt für Psychosomatische Medizin, Rehabilitationswesen/Diabetologie
 Chefarzt der Abteilung für Psychosomatik, Ärztlicher Direktor der Mittelrhein-Klinik
www.mittelrhein-klinik.de