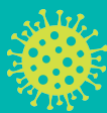


# Τι είναι ο μακροχρόνιος COVID;



World  
PT Day  
2021

Ο μακροχρόνιος COVID έχει οριστεί αρχικά ως η παρουσία συμπτωμάτων που αναπτύχθηκαν κατά ή μετά την λοίμωξη από τον COVID-19 τα οποία και συνεχίζουν να υπάρχουν 12 εβδομάδες ή περισσότερο.

Συνήθως, μέχρι τις 4 εβδομάδες αναφέρεται ως οξύ COVID-19, ενώ από 4-12 εβδομάδες σε υπό εξέλιξη COVID-19.



Πόσο συχνός είναι ο μακροχρόνιος COVID;

1 στις 10 περιπτώσεις θα εμφανίσουν συμπτώματα για περίοδο 12 εβδομάδων ή περισσότερο



Πολλοί άνθρωποι που ζουν με την ασθένεια, προηγουμένως ήταν ικανοί σε άσκηση και υγιείς.



Παιδιά βιώνουν τα συμπτώματα του μακροχρόνιου COVID, παρόμοια με τους ενήλικες και περίπου στην ίδια συχνότητα.

Ο μακροχρόνιος COVID επηρεάζει άτομα που έχουν νοσηλευτεί με οξύ COVID-19 και άτομα που ανάρρωσαν στο σπίτι. Άτομα που έχουν υποστεί ήπια ή σοβαρή μορφή COVID-19 μπορεί να συνεχίσουν να έχουν παρατεταμένα συμπτώματα ή να αναπτύξουν μακροχρόνιο COVID.

Ο Μακροχρόνιος COVID είναι μια πολυσυστηματική ασθένεια. Απαριθμούνται πάνω από 200 συμπτώματα που εμφανίζονται σε διάφορους συνδυασμούς και μπορεί να κυμαίνονται τόσο σε προβλέψιμα όσο και σε απρόβλεπτα μοτίβα εξάρσεων και υφέσεων.

Τα πιο κοινά συμπτώματα μετά από περίοδο έξι μηνών είναι:



τρομερή εξάντληση (κόπωση)  
συμπτώματα εξάρσης μετά την άσκηση



προβλήματα με την μνήμη και την συγκέντρωση (θόλωση μυαλού)

Άλλα συχνά συμπτώματα:



Δυσκολία στην αναπνοή



Πόνος στο στήθος



Δυσκολία στον ύπνο



Ταχυκαρδία ή αίσθημα παλμών



Ζαλάδα



Μυϊκός πόνος



Πόνος στις αρθρώσεις



Κατάθλιψη και άγχος



Εμβοές, πόνοι στο αυτιά



Αίσθημα ναυγούλας, διάρροια, πόνοι στο στομάχι, απώλεια όρεξης



Υψηλή θερμοκρασία, βήχας, πονοκέφαλος, πονόλαιμος, αλλαγές στην αίσθηση της όσφρησης ή της γεύσης



Εξανθήματα

Δεν έχει ακόμη επιτευχθεί συναίνεση σχετικά με έναν διεθνώς συμφωνημένο ορισμό της περίπτωσης του μακροχρόνιου COVID.

Ωστόσο, υπάρχουν πολλά τεκμήρια που δείχνουν ότι ο μακροχρόνιος COVID είναι τόσο συνήθης όσο και εξουθενωτικός. Έχουν γίνει προσπάθειες να χαρακτηριστεί ο μακροχρόνιος COVID ως παρατεταμένος, με την εμπλοκή πολλαπλών συστημάτων και με σημαντικές αναπηρίες.



World  
Physiotherapy

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)