

## Was ist Post-COVID?



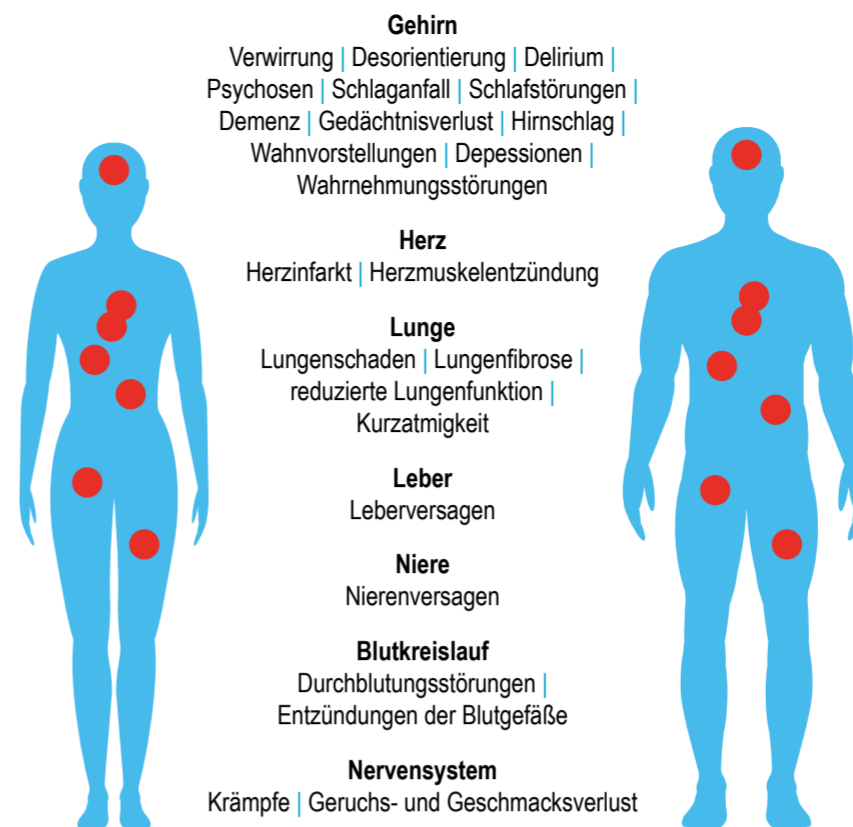
Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) schätzt, dass rund zehn Prozent aller an COVID-19 Erkrankten unter Langzeitfolgen leiden werden.

Bisher gibt es noch keine international vereinbarte Definition zu den Begriffen Long-COVID/Post-COVID.

Zurzeit unterscheidet man nach einer COVID-Infektion drei Phasen: Die akute Infektionsphase (bis zu 4 Wochen), weiterbestehende COVID-19-Symptome (zwischen 4 und 12 Wochen) sowie das Post-COVID-Syndrom (wenn klinische Zeichen und Symptome länger als zwölf Wochen bestehen).

Der Begriff „Long-COVID-19-Syndrom“ beschreibt weiterbestehende oder sich entwickelnde Beschwerden nach einer akuten Phase und schließt beide Verlaufsformen (weiterbestehende COVID-19-Symptome nach schwerem Verlauf und das Post-COVID-Syndrom nach häufig mildem Verlauf ohne vorausgehendem Krankenhausaufenthalt) ein.

## Welche Symptome können auftreten?



Eine COVID-19-Infektion kann viele Organsysteme betreffen, mehr als 200 Symptome werden inzwischen Post-COVID zugeschrieben.

Am häufigsten tritt eine Lungenerkrankung auf, aber auch Schlaganfälle, Erkrankungen der peripheren Nerven, Herzerkrankungen, Leberfunktionsstörungen und Nierenversagen sind nicht selten.

Betroffene, die einen schweren Krankheitsverlauf erleiden, benötigen nach Abschluss der Krankenhausbehandlung eine längerdauernde Rehabilitation auf Grund weiter bestehender Beschwerden: Die Symptome reichen von einer raschen Ermüdung (Fatigue), vielfältigen kognitiven Störungen (z. B. Vergesslichkeit), Schlafstörungen und Ängsten über Atembeschwerden, verminderter körperlicher Belastbarkeit bis hin zu neurologischen Symptomen wie zum Beispiel Gleichgewichtsstörungen und peripheren Nervenschmerzen. Sie können zu einer relevanten Einschränkung im privaten und beruflichen Alltag der Betroffenen führen.

## Kann ich auch nach einer leichten COVID-Erkrankung von einem Post-COVID-Syndrom betroffen sein?

Auch Menschen mit anfangs leichten Beschwerden oder ohne Akutsymptome können als Folge der COVID-Infektion unter schweren Langzeitfolgen leiden (siehe auch Frage 2), welche Wochen bis Monate nach der Infektion anhalten. Von diesem Post-COVID-Syndrom sind Menschen aller Altersgruppen betroffen, besonders jedoch Frauen im mittleren Lebensalter (40 – 59 Jahre).



## Warum kann ich als Post-COVID-Betroffene Person von einer Reha-Maßnahme profitieren?



Patientinnen und Patienten, die wegen einer COVID-Infektion im Krankenhaus behandelt werden, können im Rahmen einer Anschlussheilbehandlung oder einer Frührehabilitation in einer Rehaklinik weiterbehandelt werden.

Für die Betroffenen, die unter einem Post-COVID-Syndrom oder einem Long-COVID-Syndrom leiden, werden Rehabilitationsmaßnahmen in Form eines Heilverfahrens angeboten.

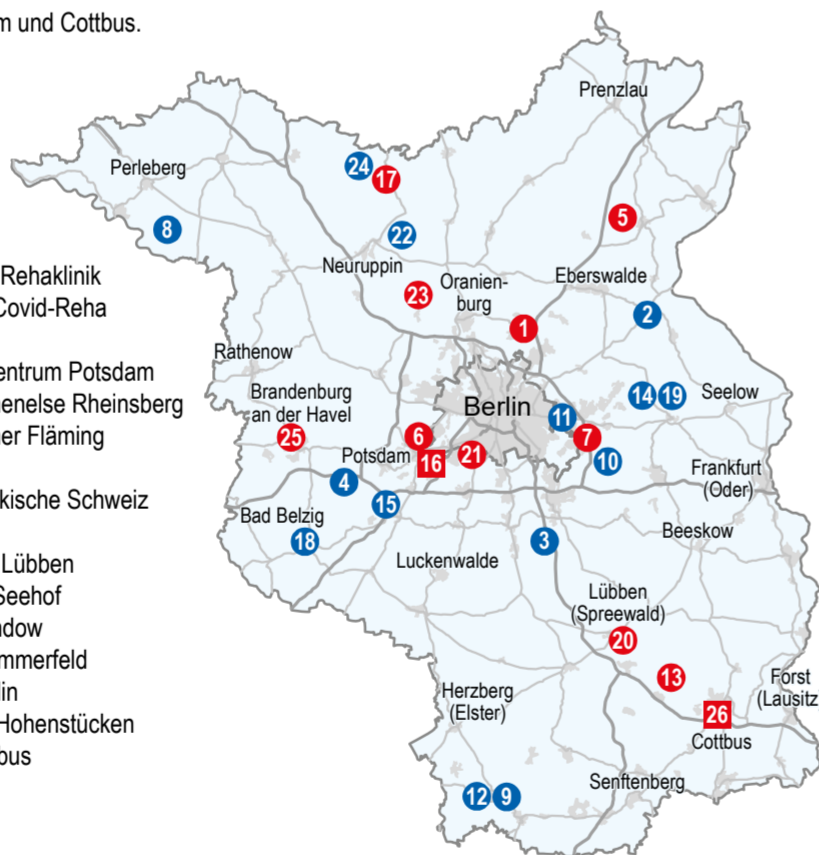
Die Rehabilitanden erhalten einen individuell auf sie abgestimmten Behandlungsplan. Neben ärztlichen und pflegerischen Maßnahmen werden symptomabhängig Behandlungen aus den Bereichen Physiotherapie, Sporttherapie, Ergotherapie, Psychologie (z. B. Gedächtnis- und Konzentrationstraining), eventuell auch Logopädie oder Musiktherapie angewendet.

Ziel ist es, durch einen individuellen Rehabilitationsplan die vorhandenen Einschränkungen zu mindern und die Betroffenen bei der Krankheitsverarbeitung zu unterstützen.

## Wo kann ich eine Post-COVID Reha machen?

In Brandenburg bieten derzeit 10 Kliniken eine stationäre Reha an, daneben bestehen auch zwei ambulante Angebote in Potsdam und Cottbus.

- Reha-Klinik mit Behandlungsangebot Post-Covid
  - ambulante Reha-Einrichtung mit Behandlungsangebot Post-Covid
  - Reha-Klinik
- 1 Brandenburgklinik Bernau
  - 2 Fachklinik und Moorbad Bad Freienwalde
  - 3 Fontane-Klinik Motzen
  - 4 Geriatriische Rehaklinik Lehnin
  - 5 GLG Fachklinik Wolletzsee
  - 6 Heinrich-Heine-Klinik Neu Fahrland
  - 7 Klinik am See Rüdersdorf
  - 8 KMG Elbtalklinik Bad Wilsnack
  - 9 Median Fontana-Klinik Bad Liebenwerda
  - 10 Median Klinik Grünheide
  - 11 Median Klinik Hoppegarten
  - 12 Median Psychotherapeutische Klinik Bad Liebenwerda
  - 13 MediClin Rehasentrum Spreewald
  - 14 Mutter-Kind-Klinik Waldfrieden Buckow
  - 15 Neurologische Rehaklinik Beelitz (keine Covid-Reha im Angebot)
  - 16 Oberlin Rehasentrum Potsdam
  - 17 Rehaklinik Hohenelse Rheinsberg
  - 18 Rehaklinik Hoher Fläming Bad Belzig
  - 19 Rehaklinik Märkische Schweiz Buckow
  - 20 Reha-Zentrum Lübben
  - 21 Rehasentrum Seehof
  - 22 Salus Klinik Lindow
  - 23 Sana Klinik Sommerfeld
  - 24 Seeklinik Zechlin
  - 25 VAMED Klinik Hohenstücken
  - 26 Reha Vita Cottbus



## Wie bekomme ich eine Reha-Maßnahme?



Die erste Ansprechperson ist Ihre Hausärztin/ Ihr Hausarzt. Diese legt in Kenntnis Ihrer Krankheitsgeschichte die für Sie beste medizinische Behandlung fest. Wenn vorher kein Krankenhausaufenthalt stattgefunden hat, beantragen Sie mit Hilfe einer Ärztin/eines Arztes die Reha-Maßnahme beim Kostenträger: Berufstätige bei ihrer Rentenversicherung, Rentnerinnen/Rentner bei ihrer Krankenkasse. Bei den Versicherungsträgern und auf der Internetseite „Reha-Land-Brandenburg“ gibt es die entsprechenden Antragsformulare: [www.reha-land-brandenburg.de](http://www.reha-land-brandenburg.de)

## Wie komme ich in meine Wunschklinik?



Sie können im Rehaantrag eine Wunschklinik angeben, dann muss der Versicherungsträger dies berücksichtigen. Gesetzliche Grundlage hierfür ist das Sozialgesetzbuch § 8 SGB IX, hier wird festgelegt, dass sich jede Patientin/ jeder Patient selbst ihre/seine Reha-Einrichtung aussuchen darf.

**Wo finde ich weitere Informationen?**  
Im Netz unter [www.reha-land-brandenburg.de](http://www.reha-land-brandenburg.de)

**Impressum:**

**Ministerium für Soziales, Gesundheit, Integration und Verbraucherschutz**  
Öffentlichkeitsarbeit  
Henning-von-Tresckow-Str. 2 – 13, 14467 Potsdam  
<https://msgiv.brandenburg.de>  
Fotos: Regine Baeker (Titel groß, 1); 123RF / samwordley (Titel klein) / dolgachov 2x; iStock / Halfpoint / MaskaRad / andres / Vectorios2016  
Karte: LGB  
Gestaltung: Goscha Nowak, Berlin  
Druck: Landesvermessung und Geobasisinformation Brandenburg  
1. Geänderte Nachauflage: 6.000 Stück  
Stand März 2022



## COVID-Nachbehandlung in Rehakliniken

[www.reha-land-brandenburg.de](http://www.reha-land-brandenburg.de)

**Auch für**



**Post-  
COVID**