

## **Atemschwierigkeiten und Atembeschwerden**

Ziel: Woher kommen die Beschwerden und wie kann ich damit umgehen?

Ein paar Gründe dafür: Woran können Atembeschwerden erkannt werden, woher kommen diese Beschwerden, Umgang mit den Beschwerden, Verbesserung der Symptomatik durch Übungen

Das SARS-CoV-2-Virus befällt während einer Infektion viele oder sogar fast alle Bereiche der Lunge. Dort können durch die Infektion auskleidende Zellen der Atemwege sowie Lungenbläschen, die für den Sauerstoffaustausch zuständig sind, zerstört werden. Das Lungengewebe kann vernarben und somit die Lungenfunktion stark beeinträchtigen. Eine Post- oder Long-COVID-Symptomatik kann mit Veränderungen in der Atmung oder Beschwerden in der Atmung einhergehen, die sich durch Kurzatmigkeit, Schonatmung oder Husten beziehungsweise Hustenreiz zeigen. Diese Symptome treten häufig bei körperlicher Belastung auf. Besonders bei körperlicher Belastung wurde von Genesenen berichtet, dass sie nicht mehr so tief einatmen können wie vor der COVID-19-Infektion, da sie Beklemmungen im Brustkorb verspüren. Auch haben Studien zur Untersuchung von Atembeschwerden nach einer COVID-19-Infektion gezeigt, dass vor allem nach einem schweren Krankheitsverlauf die Lungenfunktion eingeschränkt bleibt.