

Schmerzen (Muskel- und Gelenkschmerzen)

Ziel: Mehr über Schmerzen im Zusammenhang mit Post-/Long-COVID erfahren und einen Umgang damit erlernen

Gründe dafür: Assoziation zwischen Schmerzen und Long-COVID erkennen, Umgang mit Schmerzen, Akzeptanz für den gegenwärtigen Gesundheitszustand entwickeln

Haben Sie seit Ihrer COVID-19-Infektion vermehrt Schmerzen in der Muskulatur oder Schmerzen bzw. Missempfindungen, die Sie in den Füßen, Beinen, Armen und/oder Händen spüren? Wenn Sie ein Teil dieser Frage bereits mit „Ja“ beantworten können, dann lesen Sie jetzt gerne weiter.

Diese Form der Schmerzen sind in der Fachsprache auch als Myalgie bekannt. Die Schmerzen können auch mit Bewegungseinschränkungen einhergehen. Teilweise treten zusätzlich Gefühlsstörungen und Kraftminderungen in den Extremitäten auf. Ganz selten können die Einschränkungen auch so stark sein, dass die Extremitäten nur noch schwer oder gar nicht mehr eingesetzt werden können. All das erklärt sich dadurch, dass durch die Infektion das Nervensystem oder auch die Muskulatur mitbetroffen sein können.

Falls Sie diese Symptome kennen, dann suchen Sie auf jeden Fall einen Arzt auf und lassen Sie sich beraten!