

RKI - Coronavirus SARS-CoV-2 - Was ist Long COVID?

Im Zusammenhang mit einer vorangegangenen [SARS-CoV-2-Infektion](#) sind zahlreiche mögliche gesundheitliche Langzeitfolgen beobachtet worden. Hierzu zählt eine Vielfalt körperlicher, kognitiver und psychischer Symptome, welche die Funktionsfähigkeit im Alltag und Lebensqualität negativ beeinflussen. Die Beeinträchtigungen treten entweder bereits in der akuten Erkrankungsphase auf und bleiben längerfristig bestehen, oder sie treten im Verlauf von Wochen und Monaten nach der Infektion (wieder) auf. Dabei wird über sehr unterschiedliche [Symptome](#) berichtet, die allein oder auch in Kombination auftreten und von sehr unterschiedlicher Dauer sein können. Bislang lässt sich daher kein einheitliches Krankheitsbild abgrenzen. Zudem sind die zugrunde liegenden [Mechanismen](#) noch nicht geklärt, wobei Erkenntnisse hierzu dank intensiver Forschung fortlaufend hinzukommen. So gibt es mittlerweile [Hinweise](#) darauf, dass u.a. chronische Entzündungen und Verschlüsse der kleinen Gefäße (Mikrothromben), Viruspersistenz, eine Aktivierung des Epstein-Barr-Virus, [Änderungen im Darm-Mikrobiom](#) (siehe auch [Studie aus den USA](#)) sowie Autoimmunprozesse an der Entstehung gesundheitlicher Langzeitfolgen beteiligt sind (siehe auch [Übersichtsarbeit](#)). Zudem zeigt sich bei Menschen mit Long COVID ein [reduzierter Cortisolspiegel](#) (siehe auch [Preprint](#)).

Personen mit längerfristigen gesundheitlichen Folgen einer SARS-CoV-2-Infektion sind in der Regel nicht ansteckend – es sei denn, es liegt erneut eine akute Infektion mit dem Virus [bzw.](#) einer der Virusvarianten vor (Reinfektion).

Der Begriff "Long COVID" wurde zunächst in den sozialen Medien durch Personen geprägt, die nach einer SARS-CoV-2-Infektion über langanhaltende gesundheitliche Einschränkungen berichteten. Die bereits Ende 2020 veröffentlichte [Leitlinienempfehlung des britischen National Institute for Health and Care Excellence \(NICE\)](#) definiert "Long COVID" als gesundheitliche Beschwerden, die jenseits der akuten Krankheitsphase einer SARS-CoV-2-Infektion von 4 Wochen fortbestehen oder neu auftreten. Als Post-COVID-Syndrom werden Beschwerden bezeichnet, die noch mehr als 12 Wochen nach Beginn der SARS-CoV-2-Infektion vorhanden sind und nicht anderweitig erklärt werden können. Somit umfasst "Long COVID" sowohl im Anschluss an eine akute COVID-19-Erkrankung 4 bis 12 Wochen nach Symptombeginn noch bestehende Symptome als auch das "Post-COVID-19-Syndrom". Auch die deutsche [S1-Leitlinie zu Post-COVID/Long-COVID](#) der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF) nimmt eine zeitliche Abgrenzung in Anlehnung an NICE vor, benennt jedoch als weitere mögliche Manifestation von Long COVID/Post-COVID auch die Verschlechterung vorbestehender Grunderkrankungen.

Im Oktober 2021 wurde nach einem wissenschaftlich fundierten Abstimmungsprozess eine [vorläufige Falldefinition von Post-COVID-19 der Weltgesundheitsorganisation \(WHO\)](#) veröffentlicht. Gemäß dieser Definition für Erwachsene werden unter dem Begriff Post-COVID-19-Syndrom gesundheitliche Beschwerden zusammengefasst, die in längerem Abstand (in der Regel drei Monate) im Anschluss an eine durchgemachte SARS-CoV-2-Infektion über längere Zeit fortbestehen oder neu auftreten und anderweitig nicht erklärbar sind. Dabei werden [Symptome und gesundheitliche Einschränkungen](#) berücksichtigt, die über

mindestens zwei Monate anhalten oder auch wiederkehrend und in wechselnder Stärke auftreten und die im Allgemeinen mit Beeinträchtigungen der alltäglichen Funktionsfähigkeit einhergehen. Eine gesonderte [Falldefinition von Post-COVID-19 für Kinder und Jugendliche](#) wurde im Februar 2023 von der WHO veröffentlicht und berücksichtigt ebenfalls anhaltende, neu auftretende oder wiederkehrende gesundheitliche Beschwerden, die über mindestens zwei Monate bestehen und im Allgemeinen mit funktionellen Einschränkungen einhergehen. Da nach bisherigen Erkenntnissen auch milde oder gar symptomlose Verläufe einer SARS-CoV-2-Infektion mit entsprechenden Langzeitfolgen einhergehen können und gerade zu Anfang der Pandemie noch kein breites Testangebot verfügbar war, beziehen sich die beiden klinischen Falldefinitionen der WHO sowohl auf Personen mit Labornachweis einer SARS-CoV-2-Infektion, als auch auf Personen, für die eine Infektion mit dem SARS-CoV-2-Virus aufgrund von Krankheitssymptomen oder auch engen Kontakten zu nachweislich Infizierten als wahrscheinlich angesehen werden kann. Die WHO weist ausdrücklich darauf hin, dass es sich um vorläufige Falldefinitionen handelt, die in Anpassung an neue wissenschaftliche Erkenntnisse fortlaufend aktualisiert werden müssen.

In wissenschaftlichen Studien wird zunehmend die Falldefinition der WHO zugrunde gelegt. In den bisherigen Arbeiten wird jedoch nicht immer streng die Definition für Post-COVID-19 unter Beachtung der Zeitspanne von 12 Wochen nach Diagnose bzw. vermutetem Beginn einer SARS-CoV-2-Infektion eingehalten. Zudem werden in einigen Arbeiten Symptome im Zeitraum zwischen 4 und 12 Wochen nach Infektionsbeginn und jenseits der Grenze von 12 und mehr Wochen parallel betrachtet. In den FAQ wird der Begriff "Long COVID" verwendet, um gesundheitliche Langzeitfolgen einer SARS-CoV-2-Infektion zu bezeichnen, da somit der gesamte Zeitraum jenseits der akuten Krankheitsphase abdeckt wird. Sind explizit gesundheitliche Beschwerden gemeint, die sich über mehr als 12 Wochen ausdehnen, dann werden diese im Folgenden als "Post-COVID-19-Zustand" bezeichnet.

Stand: 28.04.2023