

COVID-ul de lungă durată

Cum să depistați semnele și să vă protejați pe dvs. și pe ceilalți



Ce înseamnă COVID-ul de lungă durată?

Pentru unele persoane, coronavirusul (COVID-19) poate cauza simptome care țin săptămâni sau luni după ce infecția a dispărut. Acesta se mai numește uneori sindromul post-COVID-19 sau „COVID de lungă durată”.



Durata recuperării de la COVID-19 diferă de la o persoană la alta.

Multe persoane se simt mai bine după câteva zile sau săptămâni și majoritatea persoanelor se vor recupera complet după 12 săptămâni. Însă, pentru unele persoane simptomele pot fi mai persistente.



Șansele de a avea simptome pe termen lung nu par a fi asociate cu gravitatea îmbolnăvirii atunci când vă infectați prima dată cu COVID-19.

Persoanele care au avut simptome ușoare inițial pot avea totuși probleme pe termen lung.



De aceea, este vital să continuăm să luăm măsuri de precauție pentru a ne proteja unii pe alții. Cel mai bun mod de evitare a COVID-ului de lungă durată este reducerea transmiterii virusului. Puteți face acest lucru prin vaccinare, purtarea unei măști faciale într-un spațiu închis sau aglomerat, cum ar fi transportul public, spălarea regulată pe mâini și evitarea contactului apropiat cu alte persoane.



Simptomele pentru COVID-ul de lungă durată variază și pot include: dispnee, oboseală, durere sau senzație de apăsare în piept, probleme de memorie și concentrare (denumite și ceață cerebrală), dificultăți de somn, palpitații cardiace, furnicături, dureri articulare, depresie și anxietate, tinitus, erupții cutanate, dureri de urechi, dureri de cap, senzații de rău, diaree, dureri stomacale, pierderea poftei de mâncarea, o temperatură ridicată, tuse, dureri în gât, modificări ale simțului olfactiv sau gustativ.



Unde pot obține ajutor?

Contactați un GP (medic de familie) dacă vă îngrijorează simptomele la 4 săptămâni sau mai mult după ce v-ați infectat cu COVID-19.

Pentru suport privind recuperarea de la COVID-19, vizitați www.yourcovidrecovery.nhs.uk