

17.02.2025

Post-Covid



Meine Leitsymptome:

- **Fatigue** (Erschöpfungssyndrom): kommt schon nach ca. zwei Stunden körperlicher oder geistiger Aktivität. Danach bin ich so erschöpft, dass ich mich buchstäblich kaum auf den Beinen halten kann und ich mich hinlegen muss.
- **Einschlafstörungen**: ich bin hundemüde und habe das dringende Bedürfnis, zu schlafen. Ich lege mich hin, aber ich finde keinen Schlaf. *‚tired but wired‘* nennt sich das.
- **Durchschlafstörungen**: Bin ich dann mal in den Schlaf gekommen, schlafe ich selten länger als fünf Stunden, egal wie spät ich eingeschlafen bin. Letzte Nacht nach 1.30 Uhr eingeschlafen und um 5.30 Uhr lag ich wieder wach.
- **Konzentrations- und Wortfindungsstörungen**: Je nach körperlicher oder geistiger Anstrengung stellen sich mitunter auch diese Störungen ein. Anfangs hatten

Menschen, die es mitbekamen, Sorge, dass ich einen Schlaganfall habe; das ist aber – Gott sei Dank – nicht eingetreten. Dennoch bringe ich es manchmal nicht fertig, Worte – die ich im Kopf habe – auch auszusprechen. Nach einigen Minuten geht es dann wieder.