14.11.2025



Bild von andy_free auf Pixabay

Klare und frustrierenden Ansage heute von meinem Hausarzt zu meinem Long-Covid: Es gibt keine evidenzbasierte wirksame Therapie.

Es gibt auch keine wissenschaftlich gesicherte Ursache für Long-Covid.

Deshalb habe ich nur die Möglichkeit des Pacings und möglichst crashs zu vermeiden.

Ich habe gemerkt, dass es nichts davon hält irgendetwas ‚auszuprobieren', ohne wissenschaftliche Grundlage, ob bei bei der klassischen Schulmedizin oder auch bei der Naturheilkunde. ‚A und O' sind für ihn wissenschaftlich bewiesene Wirksamkeit. Das verstehe ich und dem stimme ich auch zu.
Nur:
So stehe ich nun ziemlich im Regen. Es ist frustrierend.
Und ich muss überlegen, wie ich damit privat und beruflich weiter umgehen kann.