

Genesen heißt nicht immer auch gesund

CORONA Wilhelmshavenerin gründet Selbsthilfegruppe für Menschen mit Post-Covid-Symptomen

VON KRISTIN HILBINGER

WILHELMSHAVEN/WITTMUND – Fieber, Gliederschmerzen, extreme Kopfschmerzen. Als Silvia B. (Name von der Redaktion geändert) Anfang November vergangenen Jahres diese Symptome hatte, war ihr fast klar, dass sie an Covid-19 erkrankt war. Zwar hatte sie stets sämtliche Schutzmaßnahmen eingehalten. Doch: „So hatte ich mich noch nie gefühlt. Mir war klar, dass das keine normale Erkältung ist“, sagt die Wilhelmshavenerin.

Sie möchte anonym bleiben. Denn im Laufe der vergangenen Monate hat sie am eigenen Leib erfahren, wie angstbesetzt das Thema Corona ist. Menschen, die erfahren, dass sie erkrankt war, schrecken zurück. Überlegen, ob sie Kontakt zu ihr hatten und sich

eventuell hätten anstecken können. „Ich habe meines Wissens niemanden angesteckt“, stellt sie klar. Dennoch, das Gefühl öffentlich als diejenige bekannt zu sein, die sich infiziert hat, sei unangenehm.

Dabei kann es jeden treffen. Silvia B. weiß bis heute nicht, wo sie sich angesteckt hat. „Beim Einkaufen, bei der Arbeit – ich habe keine Ahnung“, sagt die Anfang 50-Jährige. Bevor sie Covid-19 hatte, war sie voll berufstätig und stets sportlich. Daran, dass das bald wieder so ist, arbeitet sie hart. Doch Silvia B. ist bis heute krank geschrieben.

Nachdem die Quarantäne für sie beendet war, fing sie langsam wieder an, spazieren zu gehen. Sie galt nun als genesen und nicht mehr infektiös. Doch ihr Gesundheitszu-

stand verschlechterte sich sehr schnell. Sie hatte Gleichgewichtsstörungen, Schwindel, Kopfschmerzen, Konzentrationsstörungen. Das alles ist bis heute nicht weg – drei Monate nach ihrer Infektion. „Mir geht es inzwischen deutlich besser, aber ich bin immer noch schnell erschöpft und müde“, berichtet Silvia B.. Und das, obwohl sie einen vergleichsweise milden Covid-19-Verlauf durchgemacht hat.

Bevor sie erkrankte habe sie das Virus zwar stets ernst genommen. Jedoch habe sie gedacht, es werde sie schon nicht so schwer erwischen, falls sie sich anstecken sollte. Schließlich habe sie keine Vorerkrankungen, sei noch nicht so alt, sportlich und fit. Diese Sicht auf die Dinge hat sich inzwischen grundlegend geändert.

Obwohl das Virus in ihrem

Fall die Lunge gar nicht betroffen hatte – sie hatte so gut wie keinen Husten und auch keine Atemnot – war sie Wochen nach der Infektion nach der kleinsten Anstrengung plötzlich kurzatmig. „Treppensteigen war für mich eine Riesenanstrengung“, erzählt sie.

Sie werde von ihrer Hausärztin sehr gut betreut. Doch immer wieder begegne sie auch bei Ärzten einer gewissen Hilflosigkeit im Umgang mit ihren Post-Covid-Symptomen. „Es ist einfach alles noch zu neu“, sagt sie.

Silvia B. ist jedoch davon überzeugt, dass der Austausch mit anderen Betroffenen ihr helfen könnte. Deshalb möchte sie eine Selbsthilfegruppe für Menschen gründen, die an Corona erkrankt waren und wie sie an Spätfolgen leiden. „Post-Covid“ wird die Gruppe

heißen.

Aufgrund der anhaltenden Pandemie wird sie sich zunächst online treffen. Das erste Zusammenkommen ist für Donnerstag, 25. Februar, um 17 Uhr geplant. Alles, was die Teilnehmer benötigen, sind ein Handy, Laptop oder Tablet und eine E-Mail Adresse. Darauf wird kurz vor dem Meeting ein Einwahllink verschickt. Dieser muss angeklickt werden und schon ist der virtuelle Raum geöffnet. Eine kleine Einführung gibt es beim ersten virtuellen Treffen. Sobald es möglich ist, sollen sich die Gruppe dann tatsächlich treffen.

Interessierte können sich bei der Selbsthilfekontaktstelle Wittmund/Wilhelmshaven unter Tel. 04421/7719329 oder per Mail an info@seko-wtm-whv.de melden.