

Der AMD-Tipp des Monats März 2022

So geht es nach Long Covid zurück an den Arbeitsplatz

Virusinfektionen können bei Menschen eine **ganze Reihe an langfristigen Symptomen** auslösen, die im schlimmsten Fall die **Arbeitsfähigkeit stark beeinträchtigen** oder das Arbeitsleben sogar komplett auf Eis legen. „Dabei handelt es sich überwiegend um **körperliche Symptome** und Menschen, die darunter leiden, müssen ernst genommen werden“, sagt AVOS-Vorstandsmitglied und AMD-Arbeitsmedizinerin Dr. Ortrud Gräf und ergänzt: „**Betroffene dürfen keinesfalls stigmatisiert werden!**“

Konkret ist hier die Rede vom so genannten „**Fatigue Syndrom**“ – also körperlicher „Müdigkeit“, bzw. Erschöpfung. Aktuell ist aufgrund der Fallzahlen der Begriff „**Long Covid**“ in den Vordergrund gerückt, aber auch andere Viruserkrankungen wie das Pfeiffersche Drüsenfieber (EBV – Epstein-Barr-Virus) können langfristige Folgen auslösen. Dazu zählen – sowohl nach Covid-19, als auch nach anderen Krankheiten – unter anderem:

- Allgemeine **Müdigkeit** und **Erschöpfung, Muskelschwäche, Gelenkschmerzen** und allgemeines **Unwohlsein**.
- Probleme mit den Atemwegen wie **Kurzatmigkeit, Atemnot, Atembeschwerden** und **Husten**.
- Störungen des **Geschmacks-** und **Geruchssinns** und/oder **Schwindel**
- Probleme mit dem Herz-Kreislauf-System, **Schmerzen im Brustbereich, Herzklopfen** oder **Gerinnungsstörungen**.
- Beeinträchtigungen des Nervensystems wie **Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Konzentrations-** und **Gedächtnisprobleme**.
- Weitere Symptome wie **Haarausfall, Nierenerkrankungen, Stoffwechselstörungen, Angstzustände** und/oder **depressive Verstimmungen**.

„Wichtig sind eine **frühzeitige Diagnose** und eine **frühzeitige Behandlung**“, so Dr. Gräf. Betroffene sollten „wortwörtlich vom Kopf bis zu den Zehen untersucht werden.“ Wer sich nach einem längeren Krankenstand noch nicht fit fühlt, kann auch vor Arbeitsantritt den AMD Salzburg kontaktieren. „Idealerweise sollte die Arbeitsfähigkeit vorab erhoben werden, um den Wiedereinstieg ins Arbeitsleben zu planen.“

Der **Rückkehr-Prozess an den Arbeitsplatz erfolgt Schritt für Schritt** nach einer umfassenden Diagnose, die von Hausärzt*innen gemeinsam mit Fachärzt*innen interdisziplinär erstellt wird. Anschließend werden durch den AMD Salzburg folgende Punkte individuell mit den Betroffenen geklärt:

- **Arbeitsfähigkeit:** Diese wird anhand des „Work-Ability-Index“ getestet.
- **Wiedereingliederungsteilzeit:** Diese schrittweise Steigerung bis hin zur Normalarbeitszeit kann beim erneuten Einstieg in das Arbeitsleben helfen.
- **Arbeitsplatzgestaltung:** Organisatorisch können etwa die Stunden reduziert und Pausen ausgedehnt werden. Technisch geht es um möglichst perfekt eingerichtete Arbeitsplätze oder mögliche neue Aufgaben im Betrieb, etwa, ob ein Werkstatt-Arbeitsplatz gegen einen Büroarbeitsplatz getauscht werden kann.

Für weitere Informationen stehen Ihnen Ihre Präventivkräfte des AMD Salzburg gerne zur Verfügung. Besuchen Sie auch unsere Homepage www.amd-sbg.at.

www.gesundessalzburg.at · www.amd-sbg.at · **Gesund und sicher arbeiten.**