



## Informatie over Long (langdurige) COVID voor Ouderen

Via deze weg brengen we graag Long COVID onder uw aandacht. Het blijkt dat veel ouderen het ziektebeeld Long COVID niet als zodanig herkennen of juist door hun klachten aanlopen tegen problemen op sociaal vlak en niet weten waar ze daarmee terecht kunnen. Hieronder geven we informatie over wat Long COVID precies inhoudt, wat er nu al bekend is over de aandoening, waar mensen (vaak) tegenaan lopen en welke hulp beschikbaar is.

### Wat is Long COVID?

Long (langdurige) COVID ook wel Post-COVID genoemd is het ervaren van (meervoudige) klachten die drie maanden of langer aanhouden, na het doormaken van een COVID-19 infectie (corona). Uit onderzoek blijkt dat 1 op de 8 personen na een besmetting Post-COVID ontwikkelt. De oorzaak van Post-COVID is op dit moment nog erg onduidelijk. Er zijn wel verschillende theorieën en er wordt veel onderzoek naar gedaan, zowel in Nederland als internationaal.

### Klachten en gevolgen

Er zijn inmiddels 200 klachten geteld waar mensen last van kunnen hebben. De meeste mensen hebben gemiddeld gezien last van 10 tot 15 klachten. Deze variëren van vermoeidheid, concentratieverlies, vergeetachtigheid, duizeligheid, hoofdpijn en slaapstoornissen tot benauwdheid, spierpijn, angst en depressie. Naast het doormaken en verdragen van fysieke klachten kan bij patiënten de onzekerheid over de langetermijengevolgen van Post-COVID veel zorgen, onzekerheid, verdriet en boosheid met zich meebrengen.

### C-Support levert hulp bij klachten

C-support is een stichting die werkt in opdracht van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). Zij helpt mensen, die drie maanden na hun coronabesmetting nog steeds klachten hebben, weer op weg in het leven. Ze levert geen directe zorg, maar biedt advies en integrale ondersteuning op maat.

De impact van de langdurige gevolgen van COVID-19 verschilt per fase en per patiënt. Met een persoonlijke aanpak luistert C-support naar de vragen en klachten die mensen hebben. En kijkt vooral ook naar de gevolgen van die klachten op de lichamelijke en mentale gezondheid, het sociaal leven en het werk en inkomen. Van daaruit kijkt ze wat er nodig is om de persoonlijke situatie te verbeteren. De nazorgadviseurs van C-support overleggen daarvoor met hun medisch adviseurs en andere zorgverleners als dat nodig is. Of met een arbeidsdeskundige of –jurist. Als er veel zorg- en dienstverleners betrokken zijn bij de behandeling ondersteunen de nazorgadviseurs bij de regie, coördinatie en onderlinge afstemming.

Inmiddels hebben ruim 18.000 mensen die kampen met Post-COVID hun weg naar C-support gevonden. Ervaart u ook klachten en kunt u daar hulp bij gebruiken? Meld u dan aan bij C-support via [www.c-support.nu](http://www.c-support.nu) of bel voor hulp bij aanmelding ons secretariaat: 073-4400440. Aan de aanmelding en de dienstverlening van C-support zijn geen kosten verbonden.