# Долгорочни ефекти од COVID-19

27 јуни 2022

Мнозинството луѓе со COVID-19 ќе имаат симптоми кратко време и ќе бидат добро по неколку недели. Времетраењето на оздравувањето од COVID-19 е различно од човек на човек. Тоа зависи од тоа колку болни сте биле од COVID-19. Тоа зависи и од тоа дали веќе сте имале некоја друга здравствена состојба.

Некои луѓе имаат долгорочни здравствени проблеми после добивањето COVID-19. Понекогаш COVID-19 предизвикува некој да не се чувствува добро со месеци после првичното разболување. Тоа се нарекува „долг COVID“. Долгиот COVID може да трае многу недели и месеци, дури и кога некој повеќе нема вирус.

Поверојатно е долг COVID да се јави кај луѓето кои имале сериозна форма на COVID-19. Меѓутоа, дури и луѓето кои имале блага инфекција со COVID-19 и немало потреба да имаат болничко лекување, може да имаат долг COVID.

## Симптоми на долгиот COVID

Долгиот COVID може да предизвика низа симптоми и не се пројавува на ист начин кај различки луѓе. Симптомите може да продолжат после заразувањето или може да се вратат кога лицето заздравило од COVID-19.

Најчестите пријавени симптоми и симптоми вклучуваат:

* измореност
* тешко дишење
* постојано кашлање
* болки во градите
* болки во зглобовите
* немање енергија за физички активности
* треска
* главоболка
* проблеми со памтењето и тешкотии со размислувањето („заматен ум“)
* депресија или вознемиреност.

## Спречување на долгиот COVID

Најдобриот начин да се спречи појавата на долгиот COVID е да се заштитите себеси да не се заразите со вирусот на COVID-19.

Вакцинацијата е најдобиот начин за намалување на ризикот од COVID-19.

Истражувањата посочуваат дека кај луѓето кои се вакцинирани против COVID-19 е помалку веројатно да се појават симптоми на долгиот COVID во споредба со невакцинираните лица.

**Повеќе информации**

Ако сте имале позитивен тест за COVID-19 пред повеќе од неколку недели и сè уште не се чувствувате добро, разговарајте со вашиот доктор.

За повеќе информации видете на [health.gov.au/covid19-vaccines-languages](http://www.health.gov.au/covid19-vaccines-languages) или јавете се на Националната линија за помош за коронавирус на 1800 020 080. Одберете ја опцијата 8 за бесплатни преведувачки услуги.