



Australian Government



COVID-19'un uzun vadeli etkileri

27 Haziran 2022

COVID-19'a yakalanan çoğu kişi kısa bir süre belirtileri gösterdikten sonra birkaç hafta içinde iyileşir. COVID-19'dan iyileşmek için geçen süre herkes için farklıdır. COVID-19'dan hastalanma derecenize bağlıdır. Başka mevcut sağlık sorununuz olup olmadığına da bağlı olabilir.

COVID-19'a yakalandıktan sonra uzun vadeli sağlık sorunu yaşayan bazı kişiler vardır. Bazen COVID-19, bir kişinin hastalığa yakalandıktan sonra aylarca kendisini kötü hissetmesine neden olur. Buna 'uzun COVID' adı verilir. Uzun COVID, bir kişi artık virüsü vücudundan tamamen attıktan sonra bile uzun haftalar ve aylar boyunca sürebilir.

Uzun COVID görülme olasılığı ağır COVID geçirenlerde daha yüksektir. Ancak, hafif seviyede COVID-19 enfeksiyonu geçirip hastaneye gitmesine gerek kalmayanlarda bile uzun COVID görülebilir.

Uzun COVID'in belirtileri

Uzun COVID geniş bir belirti yelpazesine neden olabilir ve herkesi aynı şekilde etkilemeyebilir. Belirtiler enfeksiyon sonra gelişebilir ya da bir kişi COVID-19'dan iyileştikten sonra geri gelebilir.

En sık görüldüğü bildirilen belirti ve şikayetler arasında aşağıdakiler sayılabilir:

- yorgunluk
- solunum zorluğu
- geçmeyen öksürük
- göğüs ağrısı
- eklem ağrısı
- egzersiz yapamayacak kadar düşük enerjisi
- ateş
- baş ağrıları
- hafıza sorunları ve berrak düşünmede zorluk ('zihin bulanıklığı')
- depresyon ya da anksiyete.

Uzun COVID'in önlenmesi

Uzun COVID'i önlemenin en iyi yolu COVID-19 virüsü ile enfekte olmaktan kendinizi korumaktır.

COVID-19'un risklerini azaltmanın en iyi yolu aşı olmandır.

Araştırmalara göre, COVID-19 aşısı olanların uzun COVID belirtileri bildirme olasılığı aşı olmayanlara göre daha azdır.

Daha fazla bilgi

Bir haftadan daha önce COVID-19 testiniz pozitif çıktıysa ve kendinizi hala kötü hissediyorsanız doktorunuzla konuşun.

Daha fazla bilgi için health.gov.au/covid19-vaccines-languages adresine gidin ya da 1800 020 080 numaralı telefondan National Coronavirus Helpline hattını arayın. Ücretsiz tercümanlık hizmetleri için 8'i tuşlayın.