# COVID-19 的長遠影響

2022年 6 月 27 日

大多數感染 COVID-19 的人出現症狀的時間只是短期，會在數星期內康復。COVID-19 復原所需的時間因人而異，視乎您感染 COVID-19 後病情嚴重的程度，也視乎您本身是否已有任何其他健康問題。

有些人在感染後會有長遠健康問題。COVID-19有時會使人在患病後最初的數月內感到不適，這稱為「COVID長期症狀」或「長COVID 」(long COVID)。長COVID可持續數星期和數個月，即使病人體內已再沒有病毒。

長COVID 較常出現在有COVID-19 重病的人。然而即使病人感染 COVID-19時病情只是輕微且不需住院，仍然可能會出現長COVID。

## 長COVID 症狀

長COVID 可以有廣泛症狀，並且對每個人的影響可能不會相同。 感染後症狀可能會持續，布些人也可能會在 COVID-19 康復後再次出現症狀。

接獲報告的最常見症狀和情況包括：

* 疲倦
* 呼吸困難
* 持續咳嗽
* 胸口痛
* 關節痛
* 乏力鍛煉體能
* 發燒
* 頭痛
* 記憶問題和腦筋混沌（「腦霧」）
* 抑鬱或焦慮。

## 預防長 COVID 的

最佳方法是保護自己免受COVID-19 病毒感染。

接種疫苗是降低 COVID-19 風險的最佳方法。

研究顯示，與未接種疫苗的人相比，接種了 COVID-19 疫苗的人較少會報告有長 COVID 症狀。

## 了解更多資訊

若您在多星期前COVID-19 檢測呈陽性，而仍然感覺不適，請諮詢您的醫生。

如需更多資訊，請瀏覽 [health.gov.au/covid19-vaccines-languages](http://www.health.gov.au/covid19-vaccines-languages)，或致電National Coronavirus Helpline（國家冠狀病毒求助熱線），電話：1800 020 080，選擇選項 8 取得免費傳譯服務。