# Μακροχρόνιες επιπτώσεις της COVID-19

27 Ιουνίου 2022

Οι περισσότεροι άνθρωποι που προσβάλλονται από τη COVID-19 θα έχουν συμπτώματα για μικρό χρονικό διάστημα και μετά θα γίνουν καλά μέσα σε λίγες εβδομάδες. Ο χρόνος που χρειάζεται για να γίνει καλά ένα άτομο από τη COVID-19 είναι διαφορετικός για κάθε άτομο. Αυτό εξαρτάται από το πόσο σοβαρά νοσήσατε με τη COVID-19. Μπορεί επίσης να εξαρτηθεί από το αν έχετε άλλες υπάρχουσες ιατρικές παθήσεις.

Υπάρχουν ορισμένοι άνθρωποι που αντιμετωπίζουν μακροχρόνια προβλήματα υγείας μετά που είχαν νοσήσει με COVID-19. Ορισμένες φορές η COVID-19 κάνει ένα άτομο να αισθάνεται αδιαθεσία για πολλούς μήνες μετά την αρχική νόσηση. Αυτό ονομάζεται «μακρά COVID» [long COVID]. Η μακρά COVID μπορεί να διαρκέσει για πολλές εβδομάδες και μήνες, ακόμη και μετά που ένας άνθρωπος δεν έχει πλέον τον ιό.

Ακόμα και άνθρωποι που είχαν ήπια λοίμωξη COVID-19 και δεν χρειάστηκαν να πάνε στο νοσοκομείο, μπορεί επίσης να υποφέρουν από μακρά COVID.

## Συμπτώματα της μακράς COVID

Η μακρά COVID μπορεί να προκαλέσει ένα ευρύ φάσμα συμπτωμάτων και μπορεί να μην επηρεάσει όλους τους ανθρώπους με τον ίδιο τρόπο. Τα συμπτώματα μπορεί να συνεχιστούν μετά τη λοίμωξη ή μπορεί να επανέλθουν αφού ένα άτομο αναρρώσει από τη COVID-19.

Οι συνήθεις ενδείξεις και συμπτώματα που μπορεί να συνεχιστούν μετά την αρχική λοίμωξη ατόμων είναι:

* κόπωση
* δυσκολία αναπνοής
* επίμονος βήχας
* πόνος στο στήθος
* πόνος στις αρθρώσεις
* έλλειψη ενέργειας για άσκηση
* πυρετός
* πονοκέφαλοι
* προβλήματα με τη μνήμη και δυσκολία καθαρής σκέψης («θολούρα»)
* κατάθλιψη ή άγχος.

**Πρόληψη της μακράς COVID**

Ο καλύτερος τρόπος για να αποτρέψετε τη μακρά COVID-19 είναι να προστατεύσετε τον εαυτό σας από λοίμωξη από τον ιό της COVID-19.

Ο εμβολιασμός είναι ο καλύτερος τρόπος για να μειωθούν οι κίνδυνοι από τη COVID-19.

Η έρευνα δείχνει ότι οι άνθρωποι που είναι εμβολιασμένοι κατά της COVID-19 έχουν λιγότερες πιθανότητες να αναφέρουν συμπτώματα μακράς COVID-19 σε σχέση με άλλους που δεν είναι εμβολιασμένοι.

**Για περισσότερες πληροφορίες**

Εάν έχετε διαγνωστεί θετικοί στη COVID-19 περισσότερο από πριν μερικές εβδομάδες και εξακολουθείτε να αισθάνεστε αδιαθεσία, μιλήστε στο γιατρό σας.

Εάν έχετε απορίες μιλήστε στο γιατρό σας, επισκεφθείτε το [health.gov.au/covid19-vaccines-languages](http://www.health.gov.au/covid19-vaccines-languages), ή καλέστε την National Coronavirus Helpline στο 1800 020 080. Πατήστε την επιλογή 8 για δωρεάν υπηρεσίες διερμηνέων.