



Australian Government



Długotrwałe skutki COVID-19

27 czerwiec 2022 r.

Większość osób chorujących na COVID-19 wykazuje objawy przez krótki czas i wraca do zdrowia w ciągu kilku tygodni. Czas potrzebny do wyzdrowienia z COVID-19 jest różny u różnych osób. Zależy on od tego, jak ciężko chorowałeś na COVID-19. Jeśli cierpisz na inne choroby, może to też mieć wpływ na czas ozdrowienia.

Pewne osoby odczuwają długotrwałe powikłania po zachorowaniu na COVID-19. Niektórzy po przechorowaniu na COVID-19 nie wracają do zdrowia przez wiele miesięcy. Jest to tzw. „długi COVID-19”. Długi COVID-19 może utrzymywać się przez tygodnie i miesiące, nawet jeśli osoba nie ma już w sobie wirusa.

Długi COVID jest bardziej prawdopodobny u osób, które miały ciężką postać COVID-19. Jednak, nawet po łagodnym przechorowaniu, bez potrzeby hospitalizacji, można nadal doświadczyć długiego COVID-19.

Objawy długiego COVID-19

Długi COVID może powodować szeroki zakres objawów i może nie wpływać na wszystkich w ten sam sposób. Objawy mogą utrzymywać się po infekcji lub mogą powrócić po wyzdrowieniu z COVID-19.

Do najczęściej zgłaszanych objawów i stanów należą:

- uczucie zmęczenia
- trudności z oddychaniem
- utrzymujący się kaszel
- bóle w klatce piersiowej
- bóle stawów
- brak energii do wykonywania ćwiczeń fizycznych
- gorączka
- bóle głowy
- problemy z pamięcią i zdolnością jasnego myślenia („mgła mózgowa”)
- depresja lub stany lękowe.

Zapobieganie długiemu COVID-19

Najlepszym sposobem zapobiegania długiemu COVID jest zabezpieczenie się przed zakażeniem wirusem COVID-19.

Szczepienia są najlepszą metodą zredukowania czynników ryzyka związanych z COVID-19.

Badania sugerują, że osoby zaszczepione przeciw COVID-19 rzadziej zgłaszają objawy długiego COVID niż osoby nieszczepione.

Po dalsze informacje

Porozmawiaj z lekarzem jeśli miałeś pozytywny wynik testu na obecność COVID-19 ponad kilka tygodni temu, a nadal źle się czujesz.

Po więcej informacji odwiedź stronę health.gov.au/covid19-vaccines-languages lub skontaktuj się z ogólnokrajową infolinią ds. koronawirusa (National Coronavirus Helpline) pod numerem 1800 020 080. Wybierz opcję 8 po bezpłatne usługi tłumacza.