

Psychosomatische Therapieansätze beim Long-COVID-Syndrom

Das Long-COVID-Syndrom kann ein breites Spektrum neurologischer, aber auch psychischer Beschwerden umfassen, berichtete Claas Lahmann, Ärztlicher Direktor des Departments für Psychische Erkrankungen, Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie am Universitätsklinikum Freiburg, auf dem 15. Neurologie-Update-Seminar am 24. und 25. März 2023 in Berlin.

Eine besondere Rolle spielt hier die Fatigue, die bei circa 30 % der betroffenen Long-COVID-Patienten auftritt und mehr als zwölf Monate persistieren kann. Das Andauern der Symptome und die langsame Genesung erzeugen großen psychischen und psychosozialen Distress und tragen zu einer erheblichen Verschlechterung der Lebensqualität der Betroffenen bei. Aktuelle Studien liefern hier konkrete neuropsychiatrische Modelle, die allerdings zu großen Teilen noch Hypothesencharakter haben.

Inzwischen gibt es überzeugende Belege dafür, dass verhaltenstherapeutische Interventionen die adaptive Immunität steigern und Entzündungen verringern können und somit die Immunantwort auf SARS-CoV-2 verbessern könnten. Insbesondere kognitive Verhaltenstherapie, Mind-Body-Ansätze (Achtsamkeit, Thai Chi, Yoga) und prosoziale Interventionen haben sich als vielversprechende Modulatoren der virusbedingten Immunität erwiesen, wenngleich die Auswirkungen speziell bei SARS-CoV-2 Infektionen bzw. Long-COVID noch nicht ausreichend untersucht sind.

Zur konkreten Wirksamkeit psychosomatischer Therapieansätze beim Long-COVID-Syndrom liegen zwar noch keine abschließenden Studien vor, so Lahmann. In jedem Fall sollte die Behandlung von Long-COVID-Beschwerden aber auch Elemente der psychosomatischen Grundversorgung beinhalten.