

Wiedereingliederung von Long COVID Patient*innen im AKH Wien Ergebnisse einer Studie

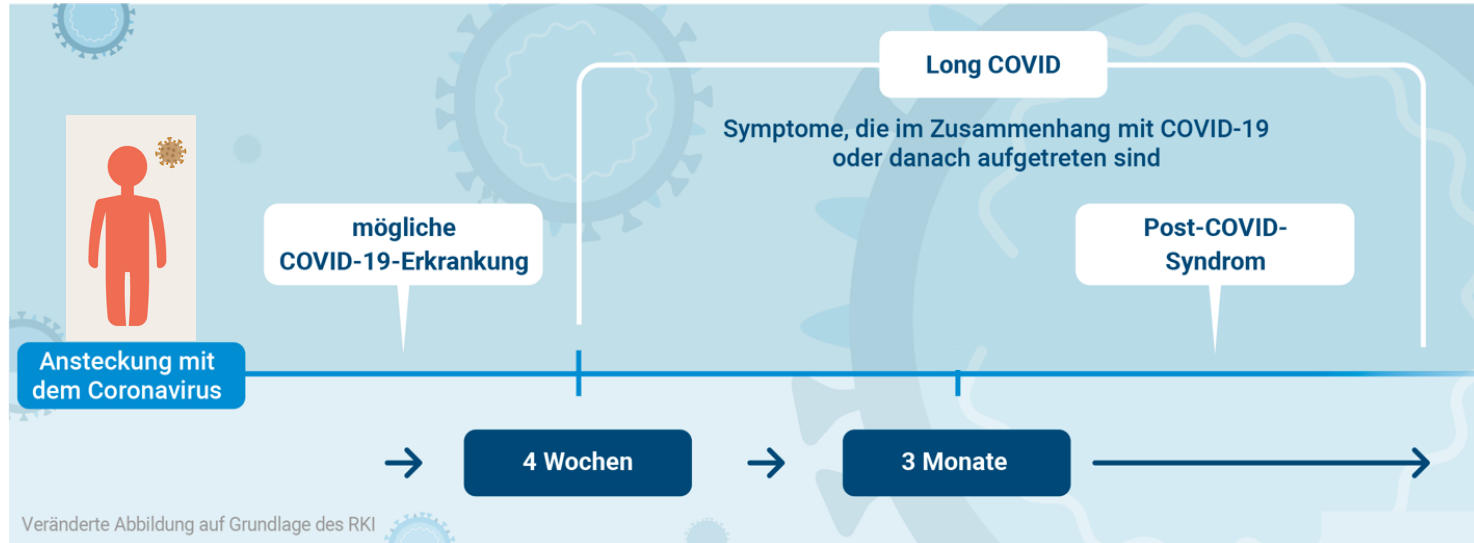
Univ.-Prof. Dr. Richard **Crevenna**, MBA, MMSc

Oberrat Mag.a rer.nat. Margarete **Steiner**

Univ.-Ass. Mag. Dr. Timothy **Hasenöhrl**, Bakk.

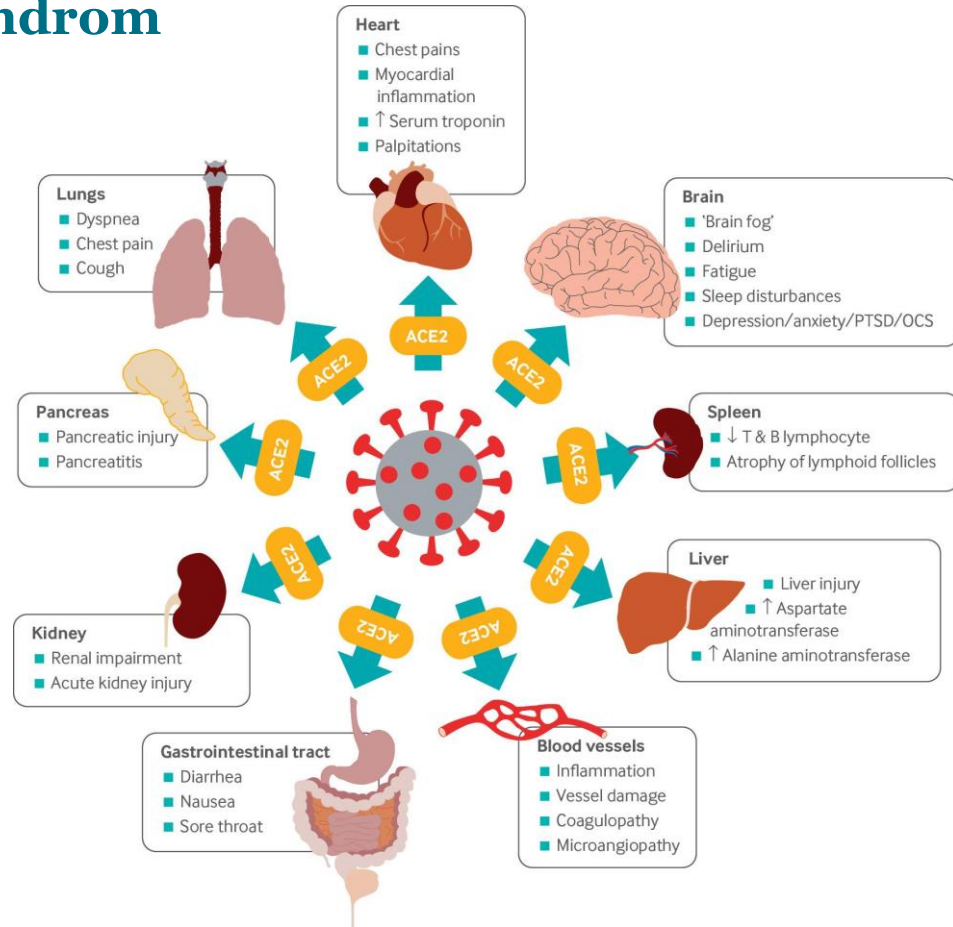
Priv.Doz.Dr. Galateja **Jordakieva**, PhD

Long COVID und Post-COVID-Syndrom



Long COVID und Post-COVID-Syndrom

- Allgemeinsymptomatik
- Pulmologisch
- Neurologisch/Psychiatrisch
- Kardiovaskulär
- Nephrologisch
- Dermatologisch
- etc.



Arbeitsfähigkeit und Long-/Post-COVID-Syndrom

Häufigsten beeinträchtigenden Beschwerden

- 1) **Fatigue**
- 2) **Atembeschwerden**
- 3) **Kognitive Einschränkungen**

Arbeitsfähigkeit und Long-/Post-COVID-Syndrom

Einschränkungen der Leistungsfähigkeit

- 85 % Anhaltende Müdigkeit/Fatigue
- 84 % Aktivitätseinschränkungen
- 81 % „Brain Fog“ mit Konzentrationseinschränkungen
- 49 % Reduzierte Belastbarkeit

Auswirkungen auf die Arbeitsfähigkeit

- 75 % berichten beeinträchtigte Arbeitsfähigkeit
- 60 % mussten „Auszeit“ in Anspruch nehmen
- 45 % Rückkehr an Arbeitsplatz mit reduzierter Kapazität

- **Generell:** SARS-CoV-2 Infektion bei versicherter Tätigkeit erfolgt? -> **BK Meldung!**
- **Allgemeine „Entgeltfortzahlung“**
 - Für mindestens **6 Wochen:** volles Entgelt
 - Für mindestens **4 Wochen:** 1/2 Entgelt und 1/2 Krankengeld
 - Für bis zu **26 Wochen insgesamt:** Krankengeld
- Long COVID länger als 6 Monate als **„Behinderung“**? Noch keine Gerichtsurteile.

Wiedereingliederungsteilzeit mit Zustimmung von Arbeitgeber*in

- mindestens sechswöchiger ununterbrochener Krankenstand;
- 3-monatiges Dienstverhältnis;
- ärztliche Bestätigung über die Arbeitsfähigkeit bei Antritt;
- keine Wiedereingliederungsteilzeit während letzten 18 Monate;

-> **Arbeitsmedizinische Beratung und Wiedereingliederungsplan**

Körperliches Training in der Rehabilitation von Long-COVID Patient*innen im AKH Wien Ergebnisse einer Studie

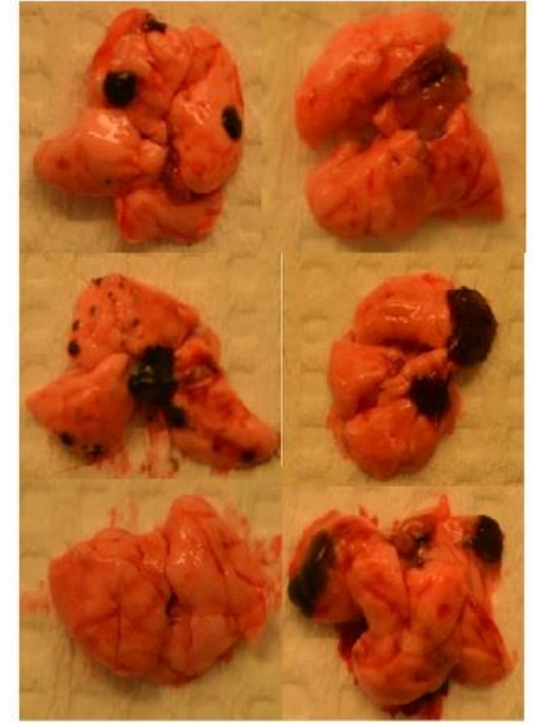
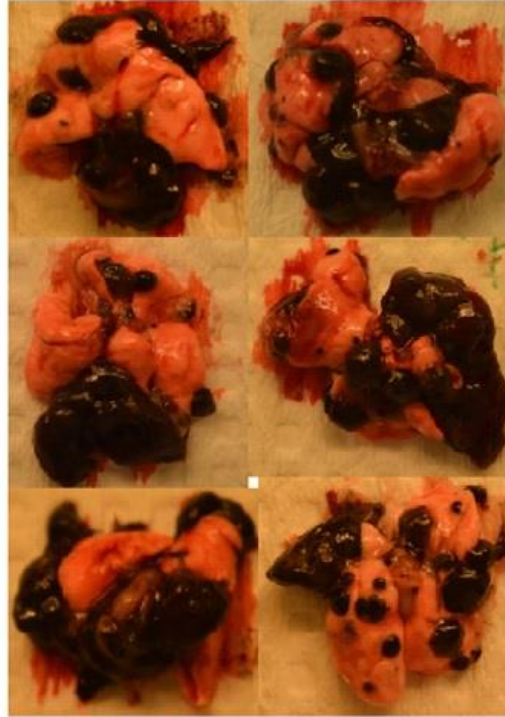
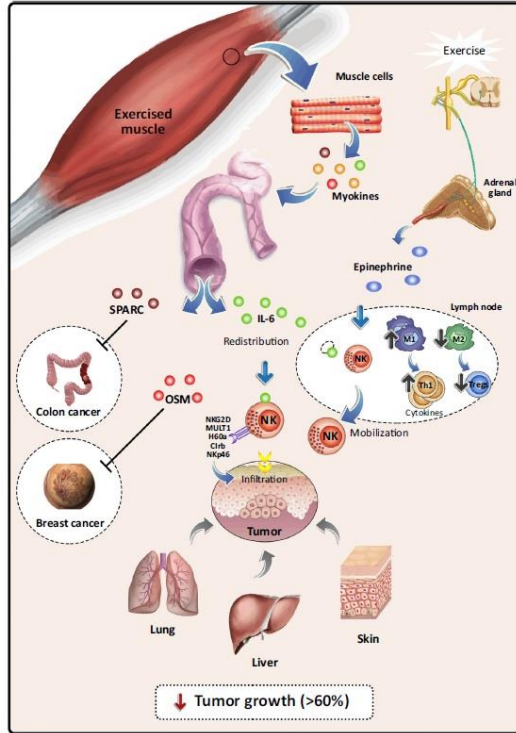
Univ.-Prof. Dr. Richard **Crevenna**, MBA, MMSc

Oberrat Mag. Margarete **Steiner**

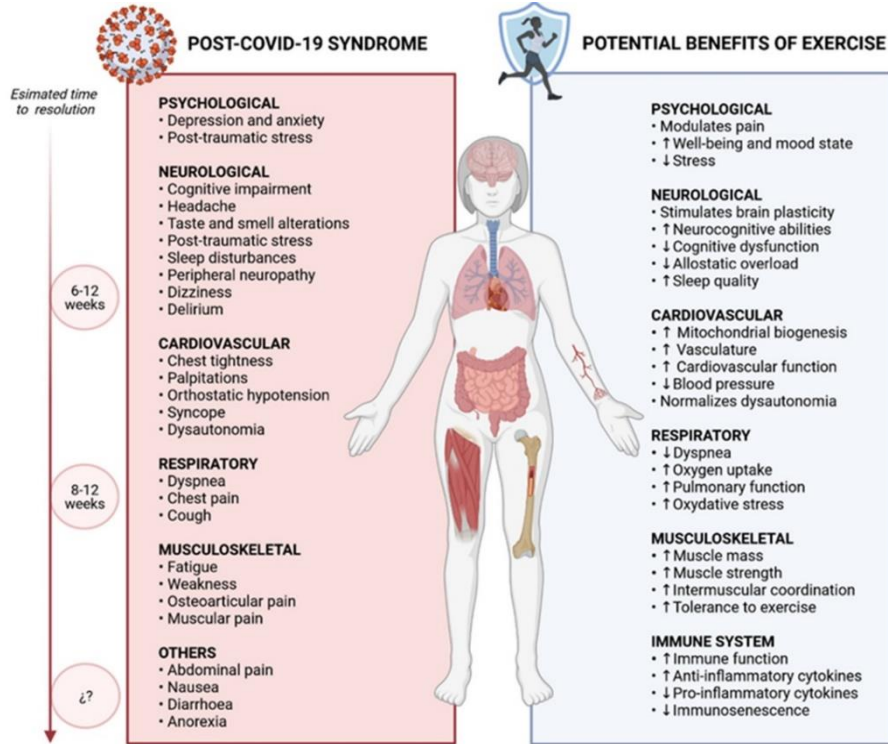
Univ.-Ass. Mag. Dr. Timothy **Hasenöhr**l, Bakk.

Priv.Doz.Dr. Galateja **Jordakieva**, PhD

Training zur Rehabilitation von Long-/Post-COVID – Background I



Training zur Rehabilitation von Long-/Post-COVID – Background II



- Über 50 etablierte Post-COVID-19 Symptome
- Systemische Erkrankung erfordert systemische Therapie
- Körperliches Training wirkt positiv auf
 - Psyche
 - Gehirn
 - Herz-Kreislauf-System
 - Atemwege, Lunge
 - Muskel-Skelett-Apparat
 - Immunsystem

Hypothese: Training hilft gegen Post-COVID

Training zur Rehabilitation von Long-/Post-COVID – Studie

Population

- Health Care Workers im AKH, MedUni Wien, VAMED
- COVID-19 survivors mit und ohne Post-COVID Symptomatik
- Kooperation mit Betriebsräten & CCAG – **BGF-Projekt**

Intervention

- Trainingsprogramm
 - 8 Wochen
 - 2x/Woche supervidiertes Krafttraining in der Gruppe
 - Schwellengesteuertes AD-Training
 - Psychologisches Beratungsgespräch
 - Ernährungsberatung

Training zur Rehabilitation von Long-/Post-COVID – Studie

Vergleich

- Stratifizierung nach leichten und schweren Symptomen
 - PCFS 0-1 vs. 2-4

Outcomes

- Primärer Outcome-Parameter: VO_2 peak
- Sekundäre Outcome-Parameter
 - Physical Function (30STS, 6MWT)
 - Body Composition (BiA)
 - Psyche (Depression, Angst, Stress, Fatigue, Resilienz)
 - Arbeitsfähigkeit, PCFS
 - Kognitive Leistungsfähigkeit (MoCA)
- Messzeitpunkte: Baseline, 4wk FU1, 8wk FU2

Training zur Rehabilitation von Long-/Post-COVID – Studie

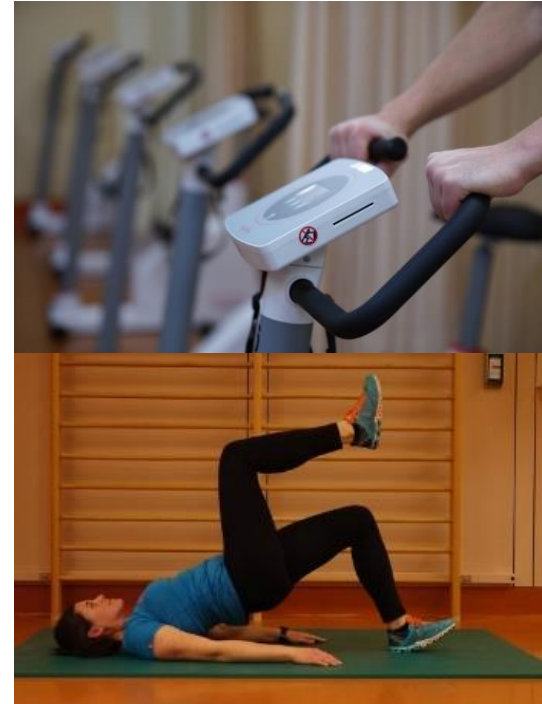
Methodik Intervention

Ausdauertraining

- An der individuellen VT1/aeroben Schwelle (Activity Tracker)
- „Low Intensity, large Volume“
- Ökonomisierung des aeroben Energiestoffwechsels

Krafttraining

- Zirkeltraining
 - 8 Übungen (Ganzkörpertraining)
 - 2 Serien
- Körpergewicht & Widerstandsbänder
- Timed RM (30-60secRM)



Training zur Rehabilitation von Long-/Post-COVID – Studie

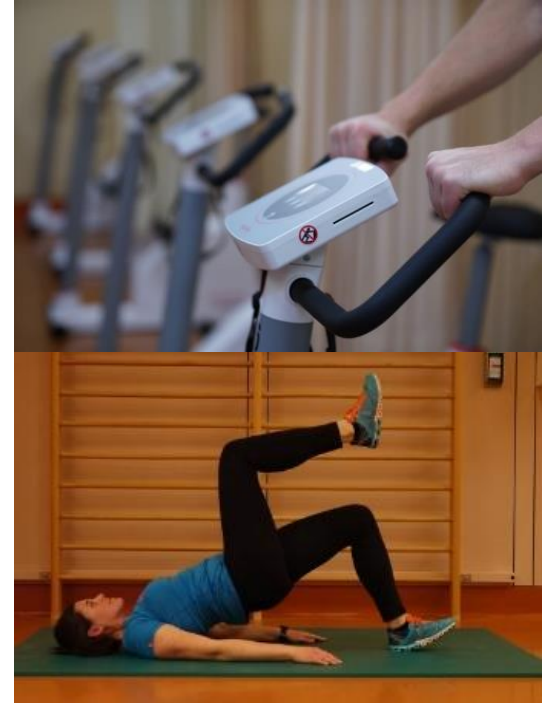
Methodik Intervention

Ernährungsberatung

- Ernährungsempfehlungen begleitend zu Training
 - Muskelaufbau
 - Ausdauertraining

Psychologisches Beratungsgespräch

- Personenzentriert orientiert nach Carl R. Rogers
- Ziele:
 - Vertiefende Exploration der psychologischen Fragebögen
 - Patientenedukation
 - Reflexion auf individuelle Situation
 - Verlaufskontrolle und weitere Behandlungsempfehlungen

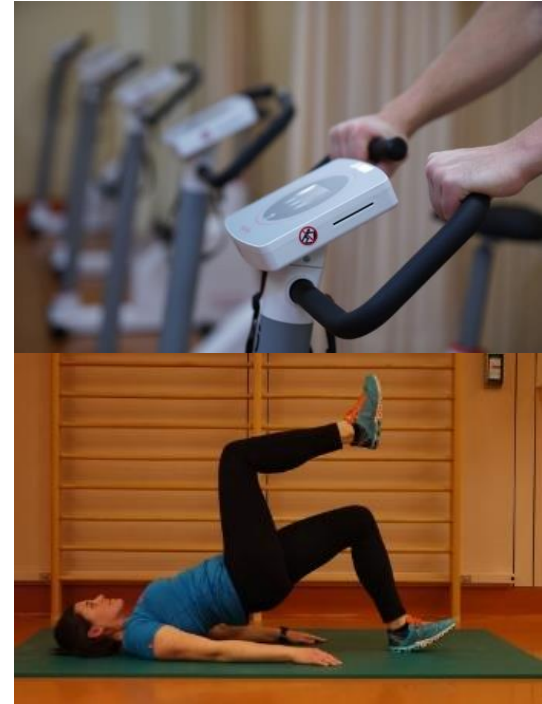


Training zur Rehabilitation von Long-/Post-COVID – Studie

Ergebnisse – 1. Artikel: „Under Review“

Physical exercise affects Post-COVID Functional Status as well as Post-COVID associated Work Ability in COVID-19 surviving health care personnel.

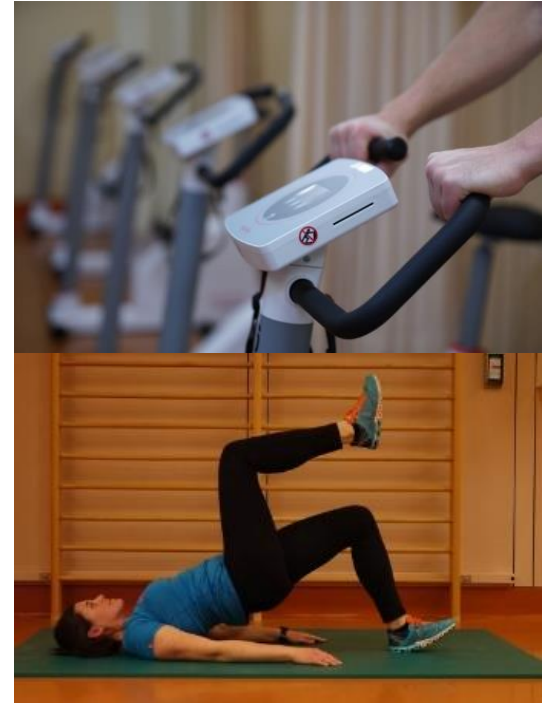
- Fokus auf Zusammenhang von körperlicher Leistungsfähigkeit auf post-COVID Status, psychische Gesundheit & Arbeitsfähigkeit
- Körperliche Leistungsfähigkeit ↑ bei allen (VO_2 peak, 30STS, 6MWT)
 - VO_2 peak & 6MWT: ↑ Effekt bei „severe symptom cases“
 - 30STS: ↑ Effekt bei „mild symptom cases“
- Inverse Korrelation zwischen VO_2 peak und PCFS
 - 10ml/kg/KG größere VO_2 peak = 2x Chance für -1 im PCFS
- Direkte Korrelation zwischen 30STS und WAI
 - 10 WH mehr im 30STS = 2x Chance für WAI >29



Training zur Rehabilitation von Long-/Post-COVID – Studie

Diskussion

- Als BGF-Maßnahme berufsbegleitend machbar
 - Hohe Compliance
 - **Anmerkung: Alle ProbandInnen waren während der Studienzeit voll berufstätig!**
- Körperliche Trainierbarkeit unabhängig vom PCFS gegeben
- Zusammenhang von körperlicher Leistungsfähigkeit auf post-COVID Status, psychische Gesundheit & Arbeitsfähigkeit nachgewiesen
 - 30secSTS aussagekräftigster Performance Parameter
- Limitierungen:
 - Keine schwerst betroffenen Patienten (PCFS=4)
 - Keine inaktive Kontrollgruppe
 - „High-Performing Medical & Research Staff“



Training zur Rehabilitation von Long-/Post-COVID – Studie

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!