

COVID-19 急性期後綜合症：常見問題解答

大多數罹患 2019 冠狀病毒病 (COVID-19) 的人會在經歷了最初症狀之後完全恢復。但是，有些人存在持續的症狀和健康問題。COVID-19 急性期後綜合症，也稱為長期或慢性新冠症狀，是指在罹患 COVID-19 期間或之後出現並持續數週或數月的多種症狀。患有 COVID-19 急性期後綜合症的人有時被稱為長期新冠患者。本文包含了有關該綜合症的資訊以及在何處就醫的資訊。

COVID-19 急性期後綜合症有哪些症狀和病症？

COVID-19 是一種呼吸系統（肺部）疾病，但它可以影響人體其他器官。因此，COVID-19 急性期後綜合症的症狀範圍很廣。最常見的症狀是疲勞（疲倦）。其他較常見的症狀包括睡眠困難、持續咳嗽、呼吸急促或胸痛、頭痛以及關節和肌肉疼痛。患者還可能會經歷嗅覺或味覺喪失、皮疹、脫髮、心跳加速、夜間盜汗、無法控制體溫、便秘、腹瀉和其他症狀。

COVID-19 急性期後綜合症可能包括其他嚴重的病症，例如：

- **肌炎性腦脊髓炎/慢性疲勞綜合症**：一種複雜的疾病，包括精疲力竭、用力時感覺疲倦、記憶力減退和難以集中注意力（也稱為「腦霧」）。
- **血栓和血管問題**：引起 COVID-19 的病毒可使血液細胞更易結塊並形成血栓。這些血栓可以在肺部、腿部、腎臟或其他器官中形成。心臟中的大塊血栓可能導致心臟病發作，而大腦中的血栓可能導致中風。
- **心理健康與穩定**：經歷急性 COVID-19 之後可能會出現創傷後應激綜合症、抑鬱症和焦慮症。

我有這些症狀或狀況時，會將 COVID-19 傳播給其他人嗎？

COVID-19 急性期後綜合症患者的症狀可在其本人不再具有傳染性後，仍持續數週或數月。大多數罹患 COVID-19 的人士會在症狀開始 10 天後，就不再具有傳染性。

COVID-19 急性期後綜合症會持續多長時間？

恢復時間差別很大，症狀完全消失可能需要數週、數月或更長時間。

誰會有罹患 COVID-19 急性期後綜合症的風險？

研究表明 COVID-19 急性期後綜合症可能在年齡較大者、女性以及患有肥胖症、心理健康問題或三種或以上慢性病（比如肺病、糖尿病或高血壓）的人群中更為常見。COVID-19 急性期後綜合症在經歷過住院治療的 COVID-19 重症患者中也更為常見。但是，任何人都可能經歷 COVID-19 急性期後綜合症，甚至是年輕人和其他健康人群，以及僅患過輕度 COVID-19 的人士，都有可能。

如何治療 COVID-19 急性期後綜合症？

我們對 COVID-19 急性期後綜合症尚有很多不瞭解之處。需要根據每個人的症狀進行治療，可能包括身體康復、呼吸和腦力鍛煉，以及使用諸如糖皮質激素或抗凝劑之類的藥物進行治療。有持續症狀的人士應當向健康照護提供者尋求照護。取決於其症狀，COVID-19 急性期後綜合症患者可能需要接受傳染病科、心臟科、肺科、腎臟科或其他領域的專科醫生的治療。

我覺得自己患有 COVID-19 急性期後綜合症，該怎麼辦？

如果您有持續症狀，請與您的初級保健提供者跟進尋求治療，或參考[新冠後護理診所](#)列表，預約由具有新冠後護理專業知識的多學科醫療團隊為您會診。如果是緊急狀況，請致電 **911**。

考慮加入支持小組，比如 [Body Politic](#) 或 [Survivor Corps](#)，與其他患有這種綜合症的人聯繫並獲取更多資訊。其他資源包括：

- [COVID Advocacy Exchange](#)
- [National Patient Advocate Foundation](#)
- Facebook 團體，如「Long Haul COVID fighters」。

如果我沒有健康照護提供者，或沒有健康保險，應當怎麼做？

如果您需要一名健康照護提供者，不論您的移民身份或支付能力如何，NYC 健康醫療總局 (NYC Health + Hospitals) 都將為全體紐約民眾提供醫療服務。請造訪 nychealthandhospitals.org 獲取更多資訊並找尋健康照護提供者，或致電 844-692-4692 或 **311**。NYC 健康醫療總局有專門治療 COVID-19 急性期後綜合症的設施。

如果我有 COVID-19 急性期後綜合症，是否應當接種疫苗？

是的，由於您有可能再次患上 COVID-19，因此您也應當接種疫苗。COVID-19 疫苗是安全的，且可能增強您體內已經構建的保護系統。

請造訪 nyc.gov/vaccinefinder 查找疫苗接種站點並進行預約。您也可以致電 877-829-4692 預約到 NYC 運營的站點接種。