

Sindrome post COVID-19 acuta: Domande frequenti

La maggior parte delle persone che hanno il COVID-19 si riprendono completamente dopo la malattia iniziale. Alcune persone, tuttavia, hanno sintomi duraturi e problemi di salute. La sindrome post COVID-19 acuta, definita anche COVID lungo o COVID cronico, si riferisce a una vasta gamma di sintomi che si sviluppano durante o dopo la malattia da COVID-19 e continuano per diverse settimane o mesi. Le persone che hanno la sindrome post COVID-19 acuta a volte sono chiamate long hauler. Questo documento contiene informazioni sulla sindrome e sulle strutture dove ottenere assistenza.

Quali sono i sintomi e le condizioni associate alla sindrome post COVID-19 acuta?

Il COVID-19 è una patologia respiratoria (polmonare), ma può colpire anche altre parti del corpo. Per questo motivo, i sintomi della sindrome post COVID-19 acuta variano ampiamente. Il sintomo più comune è l'affaticamento (stanchezza). Altri sintomi più comuni comprendono difficoltà a dormire, tosse persistente, fiato corto o dolore al petto, mal di testa e dolori muscolari e articolari. Le persone potrebbero anche riscontrare la perdita dell'olfatto o del gusto, eruzione cutanea, perdita dei capelli, battito accelerato, sudorazione notturna, incapacità di controllare la temperatura corporea, costipazione, diarrea e altri sintomi.

La sindrome post COVID-19 acuta può comprendere altre condizioni di salute gravi, come:

- **Encefalomielite mialgica/sindrome da stanchezza cronica:** una malattia complessa che comprende spossatezza, stanchezza da sforzo e difficoltà di memoria e concentrazione (definita anche “annebbiamento cerebrale”).
- **Trombosi e problemi alle vene:** il virus che provoca il COVID-19 può facilitare la coagulazione delle cellule sanguigne e la formazione di coaguli. Questi coaguli si possono formare nei polmoni, nelle gambe, nei reni o in altri organi. I coaguli di dimensioni più grandi nel cuore possono provocare infarti e quelli nel cervello ictus.
- **Salute e benessere mentale:** sopravvivere all'esperienza del COVID-19 in forma acuta può in seguito portare a sindrome da stress post-traumatico, depressione e ansia.

Posso diffondere il COVID-19 mentre ho questi sintomi o mi trovo in queste condizioni di salute?

Le persone con sindrome post COVID-19 acuta hanno sintomi per settimane o mesi ma non sono più contagiose. La maggior parte delle persone che hanno il COVID-19 dopo 10 giorni dall'inizio dei sintomi non è più contagiosa.

Quanto tempo dura la sindrome post COVID-19 acuta?

L'intervallo temporale per il recupero è vasto e può essere di settimane, mesi o più lungo prima della totale scomparsa dei sintomi.

Chi è a rischio di sindrome post COVID-19 acuta?

Gli studi mostrano che la sindrome post COVID-19 acuta può essere più comune nelle persone anziane, nelle donne e nelle persone obese, con problemi di salute mentale, o che hanno tre o più patologie mediche croniche (come patologie polmonari, diabete o ipertensione). La sindrome post COVID-19 acuta è inoltre più comune nelle persone che hanno avuto la malattia da COVID-19 in forma grave per cui è stata necessaria l'ospedalizzazione. Tuttavia, chiunque può soffrire di sindrome post COVID-19 acuta, anche gli adulti più giovani e le altre persone sane, oltre alle persone che hanno avuto il COVID-19 in forma leggera.

Come si cura la sindrome post COVID-19 acuta?

C'è ancora molto che non sappiamo sulla sindrome post COVID-19 acuta. La cura è in base ai sintomi che ogni persona manifesta e può comprendere riabilitazione fisica, esercizi respiratori e mentali, oltre a farmaci come corticosteroidi o anticoagulanti. Le persone con sintomi devono chiedere assistenza a un operatore sanitario. Le persone con sindrome post COVID acuta potrebbero dover essere curate da infettivologi, cardiologi, pneumologi, nefrologi o altri specialisti in base ai sintomi.

Penso di avere la sindrome post COVID-19 acuta. Cosa devo fare?

Se accusi sintomi persistenti, rivolgiti al tuo fornitore di servizi di prima assistenza, o consulta l'elenco dei [Centri di assistenza post-COVID](#) per prenotare un appuntamento con un team sanitario multidisciplinare esperto nell'assistenza post-COVID. Se si tratta di emergenza medica chiama il **911**.

Valuta la tua partecipazione a un gruppo di supporto come [Body Politic](#) o [Survivor Corps](#) per entrare in contatto con altre persone che hanno questa sindrome e per ulteriori informazioni. Altre risorse comprendono:

- [COVID Advocacy Exchange](#)
- [National Patient Advocate Foundation](#)
- Gruppi Facebook come "Long Haul COVID fighters"

Che cosa devo fare se non ho un medico o un'assicurazione sanitaria?

Se hai bisogno di un operatore sanitario, NYC Health + Hospitals offre assistenza a tutti i newyorchesi, indipendentemente dallo stato di immigrazione o dalla disponibilità economica. Visita il sito [nychealthandhospitals.org](https://www.nychealthandhospitals.org) per maggiori informazioni e per cercare un operatore sanitario, oppure chiama il numero 844-692-4692 o il **311**. NYC Health + Hospitals ha strutture specializzate nella sindrome post COVID-19 acuta.

Devo fare il vaccino se soffro di sindrome post COVID-19 acuta?

Sì, dato che è possibile prendere di nuovo il COVID-19 dovresti vaccinarti. Inoltre, i vaccini per il COVID-19 sono sicuri e possono aumentare la protezione che l'organismo ha già sviluppato.

Per trovare un centro vaccinale e fissare un appuntamento, visita il sito nyc.gov/vaccinefinder. Puoi anche chiamare il numero 877-829-4692 per prenotare un appuntamento presso una struttura NYC.

Il Dipartimento della salute NYC potrà modificare le raccomandazioni in base all'evolversi della situazione.

4.5.21