

급성 COVID-19 감염 후 증후군: 자주 묻는 질문

COVID-19에 감염됐던 사람 대부분은 초기 질환 이후 완전히 회복됩니다. 하지만 일부에게는 증상이 지속되며 건강 문제가 생기기도 합니다. 장기 COVID 또는 만성 COVID라고도 하는 급성 COVID-19 감염 후 증후군(Post-acute COVID-19 syndrome)은 COVID-19 질환을 앓는 중이나 그후에 발생하여 몇 주 또는 몇 달간 지속되는 광범위한 증상을 말합니다. 때때로 급성 COVID-19 감염 후 증후군이 있는 사람을 롱 하울러, 즉 장기간 후유증에 시달리는 사람이라고 합니다. 본 문서는 이 증후군과 진료를 받을 수 있는 곳에 관한 정보를 담고 있습니다.

급성 COVID-19 감염 후 증후군과 관련하여 어떤 증상과 질병이 있나요?

COVID-19는 호흡기(폐) 질환이지만, 신체의 다른 부분에도 영향을 미칠 수 있습니다. 그런 이유로 급성 COVID-19 감염 후 증후군의 증상은 폭이 매우 넓습니다. 가장 일반적인 증상은 피로(피곤함)입니다. 다른 일반적인 증상으로는 수면에 어려움, 지속되는 기침, 숨 가쁨 또는 흉통, 두통, 관절통 및 근육통이 있습니다. 또한 사람들은 후각이나 미각 상실, 발진, 탈모, 두근거림, 야간 발한, 체온 유지 불능, 변비, 설사 등을 경험할 수 있습니다.

급성 COVID-19 감염 후 증후군은 다음과 같은 기타 중증 질환을 포함할 수 있습니다.

- **근통성 뇌척수염/만성 피로 증후군:** 탈진, 활동 후 피로, 기억력 및 집중력 저하('브레인 포그'라고도 함)를 포함하는 복합 질환.
- **혈전과 혈관 문제:** COVID-19를 유발하는 바이러스가 혈구를 뭉치게 하여 덩어리가 형성될 가능성이 높습니다. 그런 핏덩어리가 폐나 다리, 신장, 기타 장기에 형성될 수 있습니다. 심장 내에 큰 핏덩어리가 형성되면 심근 경색으로 이어질 수 있고, 뇌 속의 핏덩어리는 뇌졸중의 원인이 될 수 있습니다.
- **정신 건강과 웰빙:** 급성 COVID-19를 경험하고 나면 나중에 외상 후 스트레스 증후군, 우울증, 불안으로 이어질 수 있습니다.

제가 이런 증상이나 질환이 나타나는 동안 다른 사람에게 COVID-19를 옮길 수 있나요?

더 이상 전염성이 없더라도 급성 COVID-19 감염 후 증후군이 있는 사람에게 몇 주 또는 몇 개월간 증상이 나타납니다. COVID-19에 감염된 사람들 대부분은 증상이 시작된 후 10일이 지나면 더 이상 전염성이 없습니다.

급성 COVID-19 감염 후 증후군은 얼마나 오래 지속되나요?

회복 기간은 폭이 매우 넓으며, 증상이 완전히 사라지기까지 몇 주, 몇 개월, 아니면 그 이상 걸릴 수 있습니다.

어떤 사람이 급성 COVID-19 감염 후 증후군의 위험이 있나요?

연구에 따르면 급성 COVID-19 감염 후 증후군은 고령층, 여성, 그리고 비만이나 정신 건강 문제, 세 가지 이상의 만성 질환(폐 질환, 당뇨병, 고혈압 등)이 있는 사람에게 좀 더 일반적일 수 있습니다. 또한 급성 COVID-19 감염 후 증후군은 입원이 요구되는 중증 COVID-19 질환을 앓았던 사람에게 보다 일반적입니다. 하지만 청년층과 건강에 별달리 문제가 없는 성인, 경미한 COVID-19 질환이 있었던 사람 등 누구든지 급성 COVID-19 감염 후 증후군을 경험할 수 있습니다.

급성 COVID-19 감염 후 증후군은 어떻게 치료하나요?

급성 COVID-19 감염 후 증후군에 관해서는 모르는 부분이 여전히 많습니다. 치료는 각 환자에게 나타나는 증상을 토대로 이뤄지며, 물리적 재활, 호흡과 지적 훈련, 코르티코스테로이드나 혈액 응고 방지제 같은 약물을 사용하는 치료가 있을 수 있습니다. 증상이 지속되는 사람은 의료 서비스 제공자의 진료를 받아야 합니다. 급성 COVID-19 감염 후 증후군이 있는 사람은 증상에 따라 감염병, 심장, 폐, 신장 등의 전문의 치료가 필요할 수 있습니다.

세계 급성 COVID-19 감염 후 증후군이 있는 것 같습니다. 어떻게 해야 하나요?

증상이 지속되면 담당 의료 서비스 제공자와 상의하거나 [COVID 감염 후 진료 클리닉](#) 목록을 참고하여 COVID 후 진료에 전문성이 있는 다분야 의료 서비스 팀에 예약하시기 바랍니다. 응급 진료가 필요하면 **911** 로 전화하십시오.

[Body Politic](#) 이나 [Survivor Corps](#) 같은 지원 단체에 가입하여 이 증후군이 있는 사람들과 교류하고 자세한 정보를 얻는 것을 고려해 보십시오. 다음과 같은 리소스도 있습니다.

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

의료 서비스 제공자나 의료 보험이 없으면 어떻게 하나요?

의료 서비스 제공자가 필요한 경우, NYC 보건병원협회에서는 이민 체류 신분이나 지불 능력과 상관없이 모든 뉴욕 주민을 환영하고 있습니다. [nychealthandhospitals.org](#) 에서 더 자세한 정보를 확인하고 의료 서비스 제공자를 검색할 수 있으며 844-692-4692 번이나 **311** 번으로 전화하셔도 됩니다. NYC 보건병원협회는 급성 COVID-19 감염 후 증후군에 전문성이 있는 시설들을 보유하고 있습니다.

급성 COVID-19 감염 후 증후군이 있어도 백신을 접종해야 하나요?

예. COVID-19 에 재감염될 수 있기 때문에 백신을 접종해야 합니다. COVID-19 백신은 안전하며 이미 신체 내에 구축된 보호 기능을 강화할 수 있습니다.

[nyc.gov/vaccinefinder](#) 에서 접종소를 찾아 예약하실 수 있습니다. 또한 877-829-4692 번으로 전화하여 NYC 접종소에 예약하실 수 있습니다.