

COVID-19 急性期后综合症：常见问题解答

大多数罹患 2019 冠状病毒病 (COVID-19) 的人会在经历了最初症状之后完全恢复。但是，有些人存在持续的症状和健康问题。COVID-19 急性期后综合症，也称为长期或慢性新冠症状，是指在罹患 COVID-19 期间或之后出现并持续数周或数月的多种症状。患有 COVID-19 急性期后综合症的人有时被称为长期新冠患者。本文包含了有关该综合症的信息以及在何处就医的信息。

COVID-19 急性期后综合症有哪些症状和病症？

COVID-19 是一种呼吸系统（肺部）疾病，但它可以影响人体其他器官。因此，COVID-19 急性期后综合症的症状范围很广。最常见的症状是疲劳（疲倦）。其他较常见的症状包括睡眠困难、持续咳嗽、呼吸急促或胸痛、头痛以及关节和肌肉疼痛。患者还可能会经历嗅觉或味觉丧失、皮疹、脱发、心跳加速、夜间盗汗、无法控制体温、便秘、腹泻和其他症状。

COVID-19 急性期后综合症可能包括其他严重的病症，例如：

- **肌炎性脑脊髓炎/慢性疲劳综合症：**一种复杂的疾病，包括精疲力竭、用力时感觉疲倦、记忆力减退和难以集中注意力（也称为“脑雾”）。
- **血栓和血管问题：**引起 COVID-19 的病毒可使血液细胞更易结块并形成血栓。这些血栓可能在肺部、腿部、肾脏或其他器官中形成。心脏中的大块血栓可能导致心脏病发作，而大脑中的血栓可能导致中风。
- **心理健康与稳定：**经历急性 COVID-19 之后可能会出现创伤后应激综合症、抑郁症和焦虑症。

当我有这些症状或状况时，会将 COVID-19 传播给其他人吗？

COVID-19 急性期后综合症患者的症状可在其本人不再具有传染性后，仍持续数周或数月。大多数罹患 COVID-19 的人士会在症状开始 10 天后，就不再具有传染性。

COVID-19 急性期后综合症将持续多长时间？

恢复时间差别很大，症状完全消失可能需要数周、数月或更长时间。

谁会有罹患 COVID-19 急性期后综合症的风险？

研究表明 COVID-19 急性期后综合症可能在年龄较大的人、女性以及患有肥胖症、心理健康问题或三种或以上慢性病（比如肺病、糖尿病或高血压）的人群中更为常见。COVID-19 急性期后综合症在经历过住院治疗的 COVID-19 重症患者中也更为常见。但是，任何人都可能经历 COVID-19 急性期后综合症，甚至是年轻人和其他健康人群，以及仅患过轻度 COVID-19 的人士，都有可能。

如何治疗 COVID-19 急性期后综合症？

我们对 COVID-19 急性期后综合症尚有很多不了解之处。需要根据每个人的症状进行治疗，可能包括身体康复、呼吸和脑力锻炼，以及使用诸如糖皮质激素或抗凝剂之类的药物进行治疗。有持续症状的人士应当向医疗保健提供者寻求治疗。取决于其症状，COVID-19 急性期后综合症患者可能需要接受传染病科、心脏科、肺科、肾脏科或其他领域的专科医生的治疗。

我觉得自己患有 COVID-19 急性期后综合症，该怎么办？

如果您有持续症状，请与您的初级保健提供者跟进寻求治疗，或参考[新冠后护理诊所](#)列表，预约由具有新冠后护理专业知识的多学科医疗团队为您会诊。如果是紧急状况，请致电 **911**。

考虑加入支持小组，比如 [Body Politic](#) 或 [Survivor Corps](#)，与其他患有这种综合症的人联系并获取更多信息。其他资源包括：

- [COVID Advocacy Exchange](#)
- [National Patient Advocate Foundation](#)
- Facebook 团体，如 “Long Haul COVID fighters”。

如果我没有医疗保健提供者，或没有健康保险，应当怎么做？

如果您需要一名医疗保健提供者，不论您的移民身份或支付能力如何，NYC 健康与医院管理局 (NYC Health + Hospitals) 都将为全体纽约民众提供医疗服务。请访问 nychealthandhospitals.org 获取更多信息并找寻医疗保健提供者，或致电 844-692-4692 或 **311**。NYC 健康与医院管理局有专门治疗 COVID-19 急性期后综合症的设施。

如果我有 COVID-19 急性期后综合症，是否应当接种疫苗？

是的，由于您有可能再次患上 COVID-19，因此您也应当接种疫苗。COVID-19 疫苗是安全的，且可能增强您体内已经构建的保护系统。

请访问 nyc.gov/vaccinefinder 查找疫苗接种站点并进行预约。您也可以致电 877-829-4692 预约到 NYC 运营的站点接种。