Post-COVID-syndroom
Langdurige coronaklachten en werk

oktober 2022

C-SUPPORT
nazorg covid-19

COVID-19
& WERK

Je leven op z’n kop door corona

Rune Poortvliet
Onderzoeker Nivel

Misha de Bok
Creative director Square

https://vimeo.com/705676384/c4d2e16256

(4.41 min)

Wat komt er aan bod

1. Coronavirus
2. Verstoord afweersysteem
3. Post-COVID-syndroom
4. Klachten

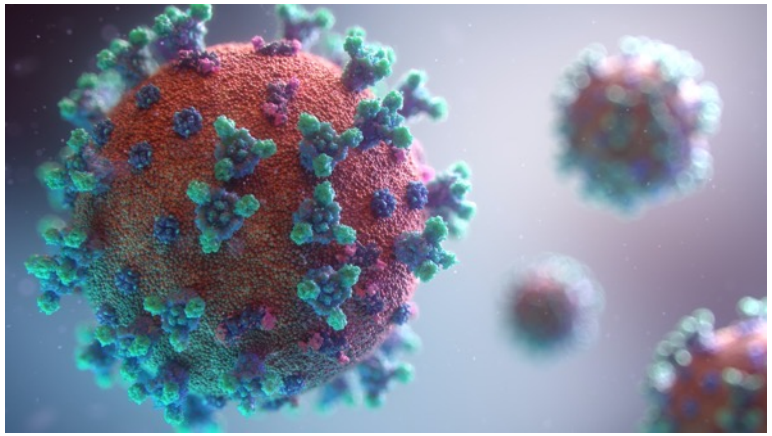
Na deze sessie heb je:

✓ Meer inzicht in infectieziekten en virussen

✓Meer inzicht in verstoord afweersysteem

✓En daarmee in post-COVID-syndroom

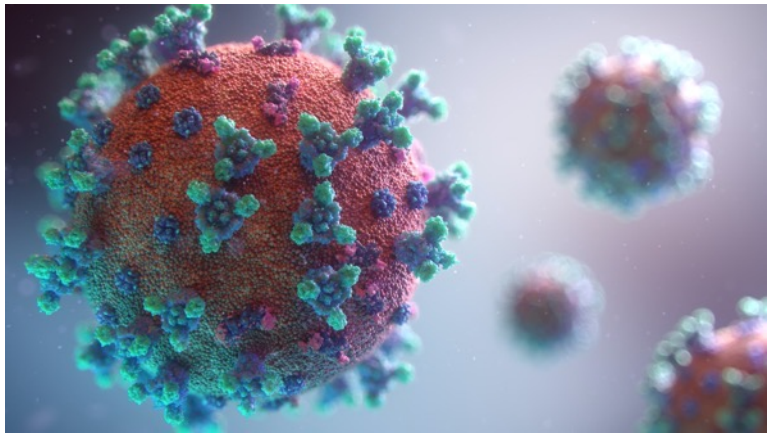
1. Wat is een virus?



- Virussen zijn kleine organismen, zo klein dat je ze niet kunt zien
- Om te kunnen leven, heeft een virus gastcellen nodig, bv van een mens
- Het virus nestelt zich in de gezonde cellen en gaat zich daar vermeerderen
- De nieuwe virusdeeltjes besmetten op hun beurt weer nieuwe cellen
- Zo word je als mens van het virus ziek

Bron: https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19/virus

1. Coronavirus: Sars-Cov-2



- SARS-CoV-2 is het virus dat de ziekte COVID-19 kan veroorzaken
  - SARS staat voor: severe acute respiratory syndrome coronavirus 2
  - CoV staat voor: COVID of corona
- COVID-19 staat voor: CoronaVirusDisease-2019
- Er zijn tal van coronavirussen
- Kenmerkend voor coronavirussen: uitsteeksels met een bolletje erop.
- Dat ziet er een beetje uit als een kroon. De Latijnse naam voor kroon is corona.

Bron: https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19/virus

Poll vraag

Wat is een zoönose?

A. Variant van het COVID-19 virus
B. Een infectieziekte die van dier op mens kan overgaan
C. Infectieziekte die voorkomt bij mensen die in een dierentuin (zoo) werken

Poll vraag

Wat is een zoönose?

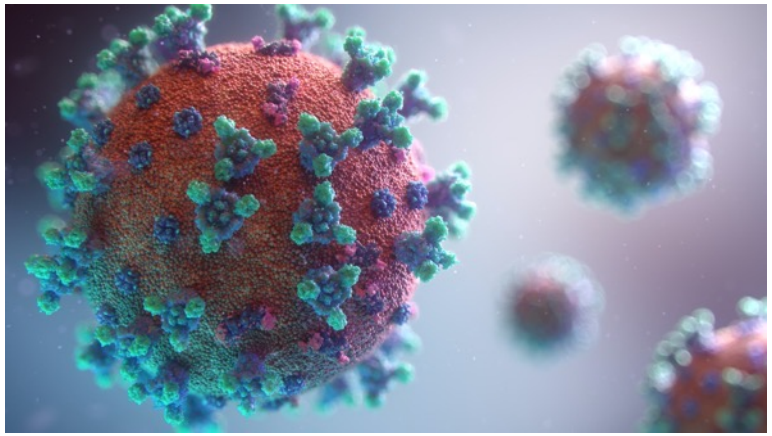
A. Variant van het COVID-19 virus

B. Een infectieziekte die van dier op mens kan overgaan

C. Infectieziekte die voorkomt bij mensen die in een dierentuin (zoo) werken

Antwoord B is juist

1. Zoönose



- COVID-19 is een zoönose
- 2/3 van de infectieziekten is een zoönose
- Een zoönose is een infectieziekte die van dier op mens kan overgaan
- Besmetting indirect via voedsel, water, lucht
- Of direct door contact met dieren of besmet dierlijk materiaal (zoals mest)
- Verder mogelijke besmetting via teken en muggen
- Andere zoönosen: Lyme, Q-koorts, vogelgriep

Bron: https://www.rivm.nl/rivm/kennis-en-kunde/expertisevelden/zoonosen

Zoönose en corona

Alfons Olde Loohuis
Huisarts
Medisch adviseur C-support

https://vimeo.com/705641863

(4.30 min)

2. Verstoord afweersysteem

- De meeste mensen herstellen van een corona infectie
- Ons afweersysteem speelt daarin een belangrijke rol
- Bij een bepaalde groep slaat het afweersysteem op hol
- Dit is te vergelijken met inbrekers in een huis die niet weggaan

Bij post covid syndroom blijft het alarm aan staan!

Verstoord afweersysteem

Alfons Olde Loohuis
Huisarts
Medisch adviseur C-support

https://vimeo.com/705641678

(2.26 min)

3. Post-COVID-syndrome

- Veel verschillende termen in omloop:
  - Long COVID waarbij long staat voor het Engelstalige lang/langdurend
  - Long haul COVID/long haulers (langdurig/aanhouden)
  - PASC: Post-Acute Sequelae of SARS-CoV-2 Infection (sequelae staat voor vervolg/gevolgen)
  - PACS: post-acute COVID-19 syndrome (PACS)
  - Post- COVID-19 syndrome NICE (National Institute for Health and Care Excellence UK)
  - Post-COVID-19 condition WHO (World Health Organization)

3. Post-COVID-syndroom (PCS)

- **PCS: omschrijving verschijnselen van een afweersysteem dat in de war is ná COVID-19 infectie**
- COVID-19 als term voor *acute* infectieziekte veroorzaakt door virus
- PCS: Betreft klachten die na 3 maanden nog aanwezig zijn
- PCS: Eenduidige definitie en meer aansluiten bij internationaal
- Geen verwarring met longziekte door gebruik van Engelse term *long*

3. Hoe vaak komt post-COVID-syndroom voor?

- Nog geen goede cijfers (o.a. Gezondheidsraad, 2022)
  - Door uiteenlopende omschrijving van klachten/definities
  - Mensen nog niet lang genoeg gevolgd door onderzoek
- 1-2 % een jaar na infectie nog klachten (Nivel, 2022)
- 1 op de 8 mensen langdurige klachten na COVID-19 infectie (Llifelines, 2022)

Dan zou het gaan om 80.000—160.000 mensen met langdurige coronaklachten (RVS, 2022)

Inschatting op basis van besmettingen april 2022 (coronadashboard Rijksoverheid)

3. Wie loopt risico op post-COVID-syndroom?

- Nog weinig over bekend
- Mogelijk verband met:
  - Geslacht: vrouwen vaker langdurige klachten dan mannen
  - Hogere leeftijd
  - Hoeveelheid klachten in eerste fase van besmetting
  - Ziekenhuisopname door COVID-19
  - Overgewicht (verhoogd BMI, body mass index)
  - Gezondheidsklachten vóór infectie, zoals astma, diabetes
- Relatie met virusvariant (delta, omikron etc) is nog onbekend

Langdurige coronaklachten kunnen óók bij **kinderen** voorkomen

Bron: https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19/long-covid en Gezondheidsraad (2022)

3. Herstel van post-COVID-syndroom?

- Er zijn mensen die na lange tijd van klachten herstellen
- Precieze cijfers en meer inzichten zijn er (nog) niet

Aanwijzingen dat vaccinatie bijdraagt aan minder kans op post-COVID-syndroom en langdurige klachten

Poll vraag

Wat is de meest voorkomende klacht bij post-COVID-syndroom?

A. Hersenmist (brain fog)
B. Kortademigheid (dyspneu)
C. Vermoeidheid

Poll vraag

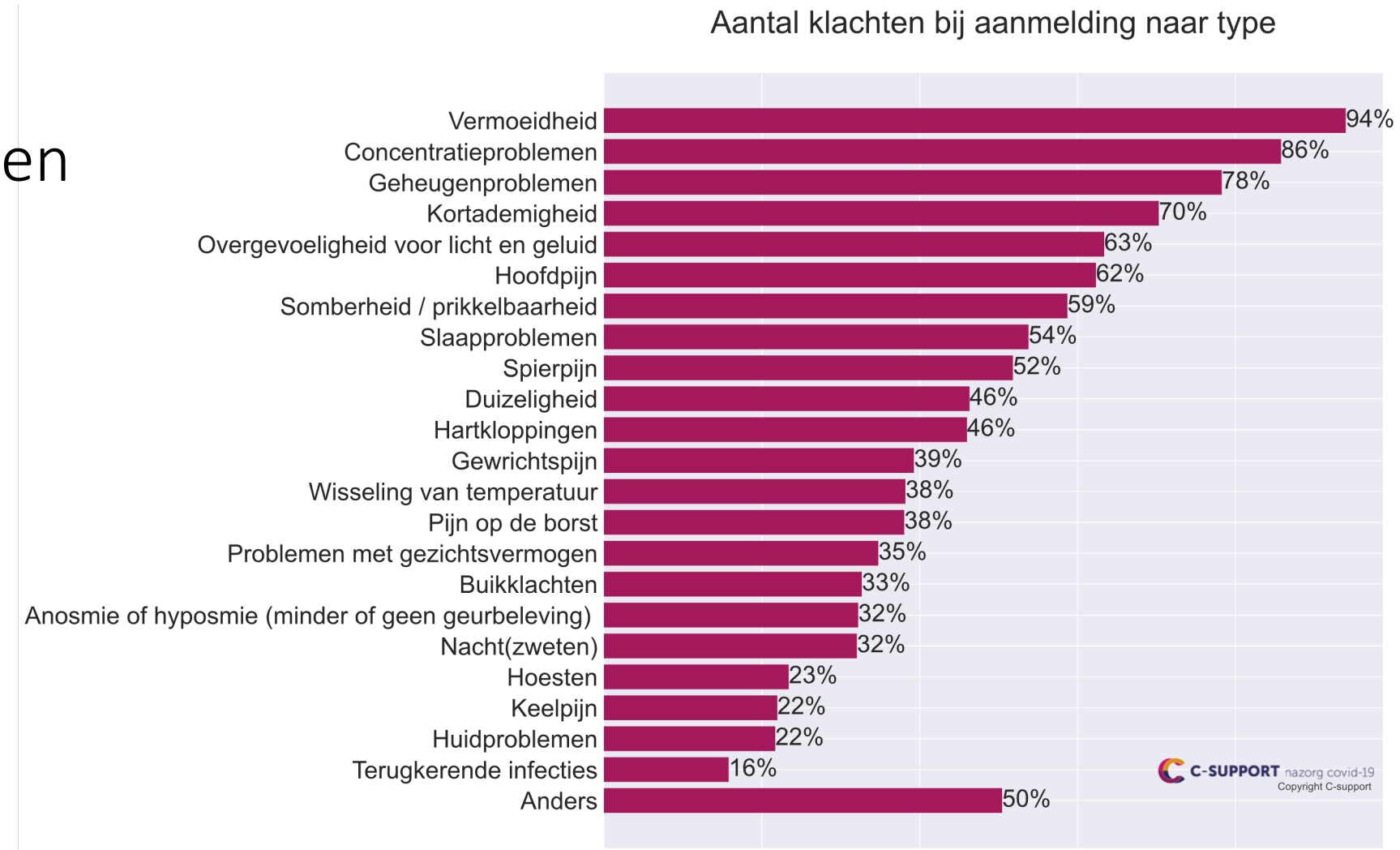
Wat is de meest voorkomende klacht bij post-COVID-syndroom?

A. Hersenmist (brain fog)
B. Kortademigheid (dyspneu)
C. Vermoeidheid

Antwoord C vermoeidheid is juist

Top drie van klachten

1. Vermoeidheid
2. Concentratie
3. Geheugenproblemen



https://www.c-support.nu/feiten-en-cijfers/ maart 2022

4. Klachten en kwaliteit van leven

- Vermindering van functioneren
- Afname van kwaliteit van leven

En daarmee ook gevolgen voor kunnen werken

Bron: Gezondheidsraad, 2022

Meer weten?

C-SUPPORT
nazorg covid-19

www.c-support.nu

Werk en inkomen bij langdurige coronaklachten:

- Tools: animaties, werkwijzer
- Video’s
- Online informatie
- Voorlichting (online en fysiek)
- 1 op 1 advies