

# Live Online-Seminar für Betroffene und Angehörige: Long- bzw. Post-COVID-Syndrom | Roter Faden um Symptome zu erkennen | FP



Viele Patient:innen sind ratlos und ohne Hilfe: Woher kommen meine Symptome? Leide ich unter Long-COVID?

Orientierung ist noch immer schwer. Dieser Live Online-Kurs soll für Betroffene eine Handreichung bieten.

Eine SARS-CoV-2-Infektion greift auf den gesamten Körper über. Auch nach Abklingen der ersten Symptome verbleiben aktive Entzündungsprozesse im Körper und belasten Nerven, Gefäße und das Herz-Kreislauf-System.

Bei Long-COVID und Post-COVID-Syndrom sind vielfältige Störungen keine Seltenheit, und eine kausale Therapie ist noch nicht verfügbar. Viele Betroffene leiden unter langfristigen Einschränkungen, insbesondere unter typischen Beschwerden wie Bewegungsverträglichkeit, Schmerzen, Schwindel, posturalem Tachykardiesyndrom und Schlafstörungen.

Krankheitsbedingte Veränderungen im Körper müssen Betroffene verstehen, um individuell Lösungsmöglichkeiten zu finden, die zumindest die Symptome erträglicher machen und für mehr Lebensqualität sorgen. Für einige Methoden gibt es inzwischen eine Reihe wissenschaftlicher Belege, andere Verfahren haben sich als weniger hilfreich erwiesen.

## Themen des Kurses:

- Diagnostik und wichtige Laboruntersuchungen
- Fatigue-Management: Pacing und pulsgestütztes Training zur Belastungssteigerung
- Beeinflussung der Stoffwechsellage durch Ernährung und gezielte Nahrungsergänzung
- gängige Therapiemethoden Physio- und Ergotherapie, intermittierendes Hypoxie-Hyperoxie-Training (IHHT), Ganzkörper-Eisanwendung, Atemtechniken, Meditation und Schwindeltraining.

**Dieser Live Online-Kurs richtet sich an Betroffene. Medizinische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.**

## Technische Voraussetzungen für die Teilnahme:

- Laptop oder PC mit einem gängigen Internetbrowser
- Kopfhörer, Mikrofon und Kamera
- stabile Internetverbindung

Die Zugangsdaten zum Online Seminar erhalten Sie per eMail.

<b>Leitung</b>	Alexander Dassel   Physiotherapeut, sekt. Heilpraktiker Physiotherapie, Hochschuldozent
<b>Kursgebühr</b>	0,00 €
<b>Beginn</b>	01.12.2023
<b>Ende</b>	01.12.2023
<b>Kurszeiten</b>	Fr. 01.12., 17:00 - 19:00 Uhr
<b>Kursort</b>	Internet, <a href="http://www.acadia-ecampus.de">www.acadia-ecampus.de</a>
<b>Zielgruppe</b>	Jedermann
<b>Fortbildungspunkte</b>	

