

Persönlicher Erstkontakt bei Long Covid und ME/CFS in der Prignitz

07.01.2026 von Ev. Kirchenkreis Prignitz



Viele Menschen haben auch nach einer überstandenen Covid-19-Erkrankung weiterhin Beschwerden. Das kann verunsichern und wirft Fragen nach dem weiteren Vorgehen auf.

Als ich 2024 an Covid erkrankte, stand ich vor ähnlichen Fragen – vor allem zu meinen Symptomen und möglichen nächsten Schritten. Für eine ordentliche Recherche fehlte mir allerdings die Kraft.

Eine große Hilfe waren mir andere Betroffene aus meinem Umfeld. Im Gespräch mit ihnen bekam ich erste Antworten und Hinweise zu möglichen nächsten Schritten.

Diese Gespräche ersetzen keine ärztliche Beratung, aber sie waren eine wichtige Stütze.

Aus dieser Erfahrung heraus biete ich heute einen unverbindlichen Erstkontakt an – zum Zuhören, zum Austausch, zur Orientierung.

Schreiben Sie mir gern eine E-Mail an hannah.schwarz@gemeinsam.ekbo.de

Der Gespräch ist telefonisch wie schriftlich möglich.

Hier finden Sie außerdem eine kleine Auswahl von Webseiten zum Thema:

LongCovid Plattform:

<https://www.long-covid-plattform.de/einfache-sprache>

Was ist LongCovid? Was sollte ich bei der Erkrankung beachten? Welche Hilfsangebote gibt es?
Eine Übersicht in einfacher Sprache.

Quarks Science Cops* (Folge 111):

<https://www.youtube.com/watch?v=SYuae06tJfM>

Ein Podcastfolge über die Diagnostik von LongCovid. Es gibt Unterkapitel, sodass man auch zielgenau kürzere Themenabschnitte anhören kann.

<https://www.youtube.com/watch?v=xApEDjK2oms&t=1930s> Quarks Science Cops (Folge 112):

Im zweiten Teil beschäftigt sich das Team mit aktuellen Hilfsangeboten. Auch hier gibt es Zeitstempel, die

direkt zu den Unterthemen führen.

Gesundheits Netzwerk Brandenburg e.V.:

<https://direna.de/>

Informationen zu Diagnose, Rehabilitation und Nachsorge von LongCovid.

Eine Übersicht von Anlaufstellen in Brandenburg.

Charité Fatigue Centrum:

https://cfc.charite.de/fuer_patienten/post_covid

Informationen und Anlaufstelle rund um PostCovid (ab 12 Wochen) und ME/CFS

Charité Fatigue Centrum:

https://cfc.charite.de/fuer_patienten

Vertiefende Informationen zu ME/CFS und möglicher Zugang zu Studien (ab 6 Monaten andauernder

Symptomatik).

*Ein Podcast der ARD

Einen Kommentar schreiben