

09.08.2021 г.



Чаще всего постковидный синдром наступает через четыре недели после болезни, но может проявиться и позже, сообщили в ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора. Среди его симптомов Проценко называл быструю утомляемость и забывчивость.

Симптомы постковидного синдрома могут появиться даже через несколько месяцев после болезни, сообщила «РИА Новости» заместитель директора по клинической работе ФБУН ЦНИИ эпидемиологии [Роспотребнадзора](#) Антонина Плоскирева.

«По данным систематического обзора, опубликованного в июне 2021 года, постковидный синдром развивается от трех до 24 недель после острой фазы или выписки из больницы. Наиболее часто симптомы постковидного синдрома отмечаются спустя четыре недели», — сказала она.

Эксперт уточнила, что у людей, которые перенесли коронавирус в бессимптомной форме, постковидный синдром может проявиться через месяц.

Признаки постковидного синдрома ранее назвал главврач больницы в Коммунарке Денис Проценко. По его словам, для «длинного COVID» характерны когнитивная дисфункция, забывчивость, быстрая утомляемость, раздражительность и появление панических атак. Пациенты с постковидным синдромом не могут вернуться к качеству жизни, которое у них было до заболевания, в течение двух и более месяцев, отметил главврач.

Такие же сроки назвала в беседе с РБК инфекционист, профессор кафедры педиатрии Московского областного научно-исследовательского клинического института им. М. Ф. Владимирского Елена Мескина.

Среди признаков постковидного синдрома она перечислила также слабость, головные боли и затрудненное дыхание. «Коагулопатия — нарушение свертываемости крови, поражение сосудов может привести к появлению многих неприятных симптомов, в том числе и депрессивному состоянию. Они могут сохраняться довольно долго. После перенесенного ковида люди восстанавливаются до двух месяцев», — сказала эксперт.

В свою очередь, в Минздраве заявили, что всем переболевшим COVID-19 необходима реабилитация. Она нужна независимо от того, есть ли у пациентов нарушения жизненно важных функций и насколько они выражены, отметила главный специалист ведомства по медицинской реабилитации Галина Иванова. По ее словам, переболевшие должны обратить внимание на восстановление объема легких и насыщения крови кислородом, возобновление толерантности к нагрузкам и стабилизацию психоэмоционального состояния. Если показатели отличаются от нормы, эксперт посоветовала выполнять дыхательные упражнения, а также заниматься низкоинтенсивной аэробной нагрузкой, например ходьбой.