

# Nach zehn Minuten kommt der «Crash»

Familien mit Kindern, die an Long Covid leiden, fühlen sich im Stich gelassen. Selbst Ärzte können kaum weiterhelfen

Anielle Peterhans (Text) und Andrea Zwahlen (Foto)

Er formt Teig zu Cookies auf einem Blech. Crash. Er liest zwei Seiten seines Comics. Crash. Er geht 100 Meter von einer Grillstelle zum Auto. Crash.

Das Wort Crash fällt im Gespräch mit zwei Familien immer wieder. Ein Crash bedeutet, dass sich die Müdigkeit ihres Kindes nach einer oft nur kleinen körperlichen, geistigen oder emotionalen Anstrengung rapide verschlimmert. Diese Fatigue ist das schlimmste Symptom der beiden elfjährigen Buben, aber es ist nicht das einzige. Ihre Diagnose: Long Covid.

Die Eltern der beiden erzählen an einem Freitagabend per Zoom, was es bedeutet, wenn ihre Söhne bei einem solchen Crash zusammenbrechen. Welche Symptome die Buben haben. Neben der Fatigue sind das Kopfschmerzen, Muskelschmerzen, Schlafstörungen, grippeartige Symptome und ein Druck im Brustkorb.

Die beiden Elfjährigen sind Nick und Tim – unter diesem Namen wurden sie in den Tamedia-Zeitungen im April vorgestellt. Bei Nick wurde Long Covid nach einer Infektion im November 2020

kurz vor Weihnachten festgestellt. Bei Tim vor neun Monaten. Ihre Situation hat sich seither nicht verbessert. Die sonst so lebhaften Jungs, wie es die Eltern beschreiben, können weder am regulären Schulunterricht teilnehmen noch in den Fussballclub.

Die Eltern lernten sich über den Verein Long Covid Schweiz kennen. Es gebe viele Betroffene, sagen beide Mütter – Kinder und Jugendliche. Stellvertretend wollen sie ihre Geschichte erzählen. Anonym, zum Schutz ihrer Kinder. Sie fühlen sich von den Ärztinnen und Ärzten zu wenig unterstützt. Keiner kenne sich mit der Krankheit ihrer Söhne aus.

**Für betroffene Kinder gibt es nur wenig Anlaufstellen**

Long Covid teilt viele Symptome mit dem Chronischen Erschöpfungssyndrom (CFS), einer diffusen, kaum erforschten und mit Stigma behafteten Krankheit. «Solche Post-Infektionssyndrome wie CFS kennt die Medizin auch von anderen Viruserkrankungen – etwa nach einer Infektion mit dem Pfeiffer'schen Drüsenfieber», sagt Andreas Jung, Leitender Arzt pädiatrische Pneumologie am Kantonsspital Winterthur. 20 Kinder hatte er bereits in der Covid-

Sprechstunde. Bei keinem Kind oder Jugendlichen hielten die Symptome länger als ein paar Monate an.

Handelt es sich bei Tim und Nick also um extreme Einzelfälle? Macht die Schweiz genug für sie? Und was können betroffene Familien tun?

Die Weltgesundheitsorganisation hat im Oktober eine erste Definition der Krankheit Long Covid publiziert. 12 Symptome werden aufgeführt, die alle – oder einzelne davon – mindestens 12 Wochen nach der Infektion weiterbestehen müssen. Zu den häufigsten zählen Müdigkeit, Kurzatmigkeit und kognitive Störungen. Wie die Symptome auftreten und für wie lange, ist sehr unterschiedlich.

Das Bundesamt für Gesundheit geht davon aus, dass 20 Prozent der infizierten Erwachsenen an Long Covid erkranken. Bei Kindern seien etwa 3 Prozent betroffen. Die Taskforce schätzte in ihrem Update im Juli 2021, dass etwa 25 Prozent der rund 1 Million Kinder unter 12 Jahren in der Schweiz bereits eine Infektion durchgemacht haben. Gemäss dieser Schätzung müssten also bereits im Sommer etwa 7500 Kinder von Long Covid betroffen gewesen sein.

Für Erwachsene mit Long Covid gibt es in der Schweiz in fast allen Spitälern Anlaufstellen, für Kinder aber nur im Kanton Zürich, in Genf und Luzern. So viele Zuweisungen von Kinderärzten, wie die Hochrechnung vermuten lässt, haben diese Anlaufstellen allerdings bislang nicht.

**Die beiden Buben hätten Angst um ihre Zukunft**

Schwere Long-Covid-Fälle wie bei Nick und Tim sind eine Herausforderung. Zur Behandlung fehlen in der Schweiz offizielle Leitlinien. Auch ein Register, um die Fälle zu erfassen, gibt es nicht. Die Diagnose wird über das Ausschlussverfahren gestellt.

«Unsere Ärzte können unseren Kindern nicht helfen, sie verstehen die Krankheit noch zu wenig und erwarten weitere Abklärungen», sagt Nicks Mutter. Sie seien auf sich allein gestellt.

Statt ihren Sohn nun weiterhin von Arzt zu Arzt zu fahren, fährt sie nur noch mit Biofeedback, einem computergestützten Hirnwellentraining, fort. Die Kopfschmerzen können so reduziert werden, und emotional stabilisiert es ihn. Um weitere Crashes zu vermeiden, setzt die Familie auf Schonung.

Michael Schlunegger ist Geschäftsführer des Vereins Lunge Zürich und Präsident des Vereins Altea – Long Covid Network. Er hat Verständnis für die Betroffenen und die Ärzteschaft. «Es ist ein diffuses Syndrom, und es gibt insgesamt leider noch immer zu wenig Evidenz, was genau die Ursachen für die langfristigen Symptome sind.» Deshalb sei es schwierig, wirksame Therapien, etwa gegen die sehr häufige chronische Fatigue, zu definieren, sagt er.

«Weil Leitlinien fehlen, stehen viele Ärztinnen und Ärzte der Krankheit etwas hilflos und sogar kritisch gegenüber», sagt Schlunegger. «Das macht es für die Betroffenen nicht einfacher.» Momentan liege der Fokus einmal mehr auf den akuten, stark steigenden Fallzahlen. «Alle, die mit langfristigen Symptomen zu kämpfen haben, bekommen leider wenig Aufmerksamkeit.»

Ihre Söhne hätten Angst um ihre Zukunft, sagen die Mütter. Sie selbst merkten, wie die Ärzte langsam, aber sicher ungeduldig mit ihnen würden. Jeder Weg zum Arzt, jede Untersuchung, jeder Test strengte die Jungs aber an und werfe sie zurück. «Tim sieht man die Krankheit inzwischen an, er ist sehr blass und dünn», sagt Tims Mutter.

Tim möchte nur eines: gesund werden, damit er wieder ganz normal in die Schule gehen kann. Als die Schule im Sommer einen Klassenausflug zu einer Grillstelle machte, führte sie ihn extra mit dem Auto hin. «Nur schon der Weg vom Auto zur Grillstelle hat ihn so erschöpft, dass er danach eine Woche fast nur noch auf dem Sofa lag – ein Crash.»

Die Schulen von Tim und Nick zeigen sich sehr hilfsbereit. Tim versuchte nach den Sommerferien, für einzelne Lektionen zur Schule zu gehen. Doch seine Fatigue und die Schmerzen nahmen nach jeder Lektion Präsenzunterricht zu. Seit den Herbstferien unterrichtet ihn eine Lehrerin für zwei Lektionen pro Woche allein in der Schule, was gut funktioniert.

**Könnte eine Covid-Impfung die Symptome der Kinder lindern?**

Auch Nick soll bald schon versuchen, an einzelnen Förderlektionen zu Hause teilzunehmen. «Seine Lehrerin ist sehr flexibel, weil er sich nur für zehn Minuten am Stück konzentrieren kann», sagt seine Mutter.

Alexander Möller ist Leiter Pneumologie am Zürcher Kinderspital. Er hatte bisher zehn Zuweisungen zur Betreuung und Abklärung.

Anzeige

## Die neue CBD-Kosmetiklinie von höchster Qualität



Seit dem, dass CBD Produkte auf dem Markt sind gibt es jeden Tag mehr Konsumenten. Die erfolgreichen Resultate wie Entzündungshemmung, Magen- und Darmregenerierung sowie viele andere therapeutische, positive Effekte tragen zum Wohlergehen der Kunden bei. Swiss CannaMed AG produziert eine Vielzahl von hochqualitativen Produkten exklusiv in der Schweiz, nach höchsten Normen und Zertifizierungen, wie z.B. GMP. Wir stellen Ihnen heute eine Palette von neuen Produkten vor, die Ihr tägliches Wohlbefinden, auch während der Winterzeit, massgeblich erhöhen wird.

### Schlafen Sie besser und leben Sie gesünder dank CBD und CBN

Schlafen Sie schlecht oder unruhig so versuchen Sie das neue CBN «Good Night» aus 100% natürlichen Stoffen, ohne jegliche Nebenwirkungen! Haben Sie irgendwelche Schmerzen so lindern Sie diese mit unserem qualitativ hochstehenden Premium CBD-Öl mit 5% / 15% oder 25% Konzentration.

Testen Sie ebenfalls unsere neue Swiss made Kosmetiklinie C-DERMA by Céline.

Besuchen Sie unseren Shop:

[www.swisscannamed.shop](http://www.swisscannamed.shop)

rung. Möller ist allerdings überzeugt, dass Long Covid bei Kindern viel häufiger vorkomme. «Daten aus anderen Ländern zeigen, dass bis zu 10 Prozent der Kinder erkranken. Wir sehen also nur die Spitze des Eisbergs.»

Long Covid sei eine Frage der Definition, sagt Möller. «Die Kinder, die wir sehen, sind Kinder, die eine schwere Form haben, also fast invalidisiert sind. Doch Long Covid kann auch heissen, dass nur ein bis zwei Symptome länger bleiben.»

Möglicherweise sei Long Covid das Resultat einer Entzündung kleiner Nerven und Gefässe im Gehirn, im Hirnstamm und in anderen Organen, vermutet Möller. Die Symptome seien breit, aber konform. «Bei Covid treten solche Langzeitfolgen laut aktuellem Forschungsstand doppelt so häufig auf wie nach anderen Viruserkrankungen.»

Möller befürchtet, dass das Problem oft nicht genug ernst genommen wird. «Die Jugendlichen möchten nicht hören «Das wird schon wieder». Gerade die schwer Betroffenen sind oft sehr verzweifelt, weil sie nicht mehr zur Schule gehen können, in ihren körperlichen Leistungen eingeschränkt sind und nicht mehr aktiv am sozialen Leben teilhaben können», sagt Möller. Er überwies die schwer betroffenen Patienten nach Abklärungen für vier Wochen in die Kinder- und Jugendabteilung der Hochgebirgsklinik Davos. In der Reha können die Minderjährigen an einem umfassenden Programm teilnehmen – mit Trainings-, Atem-, Physio- und Psychotherapie. «Damit kann man sie nicht heilen, aber zumindest stärken und für ihren momentanen Alltag vorbereiten.»

Unklar ist, ob eine Impfung den betroffenen Kindern helfen kann. Daten aus Frankreich würden zeigen, so Möller, dass Long-Covid-Symptome bei Erwachsenen durch eine nachträgliche Impfung abgeschwächt werden könnten. Entsprechende Daten für Kinder gebe es aber nicht.

#### Es braucht individuelle Unterstützung

Tims Eltern liessen den Elfjährigen in den Herbstferien «off label» in Deutschland impfen. Nach der Reise habe er sich tagelang erholen müssen. Seither hätten sich seine Symptome leicht verbessert. «Nicht nur wir Eltern, sondern auch er wollte die Impfung, weil er grosse Angst vor Delta und einer Wiederansteckung hatte.»

Die Eltern wünschen sich individuelle Lösungen und dass sich eine interdisziplinäre Arbeitsgrup-



Bei ihren 11-jährigen Söhnen wurde Long Covid diagnostiziert: Die Mütter erzählen ihre Geschichte anonym, um die Kinder zu schützen

#### «Kinder leiden in ihrer Entwicklung und ihrem Lebensalltag am meisten»

##### Herr Di Gallo, Sie sind Kinderpsychiater und Klinikdirektor der Universitären Kliniken Basel. Können Sie sagen, wie häufig Long Covid bei Kindern auftritt?

Diese Frage lässt sich aufgrund der aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse nicht abschliessend beurteilen – ebenso wenig wie die Frage, welche langfristigen gesundheitlichen Folgen Infektionen mit dem Coronavirus für Kinder haben. Klar ist, dass auch Kinder und Jugendliche von Long Covid betroffen sind. Beschrieben werden körperliche und psychische Symptome, etwa Konzentrations- oder Gedächtnisstörungen, Erschöpfung, Schlafstörungen, Ängstlichkeit, Depressionen, Atemnot sowie Kopf- und Bauchschmerzen. Das Problem ist: Es sind sehr unspezifische Symptome.

##### Zu unspezifisch, um sie auf die Infektion mit Covid zurückzuführen?

Das ist durchaus eine Herausforderung. Es ist nicht ganz klar, ob bei einigen dieser Symptome

nicht auch andere Faktoren eine Rolle spielen – wie etwa vorbestehende gesundheitliche Probleme oder andere mit der Pandemie zusammenhängende Belastungen.

##### Wie nehmen Sie die momentane Situation der Kinder als Psychiater wahr?

Seit Corona suchen deutlich mehr Kinder und Jugendliche unsere Hilfe. Sie leiden in ihrer Entwicklung und ihrem Lebensalltag am meisten unter den Folgen der Pandemie. Sie müssen sich vorstellen: Für Kinder sind anderthalb Jahre relativ gesehen eine viel längere Zeit. Sie sind in einer sensibleren Entwicklungsphase als Erwachsene. Viele junge Menschen haben Angst vor Einsamkeit und davor, Freundschaften zu verlieren. Sie reagieren schneller auf Verunsicherungen in ihrem Umfeld. Anhaltende psychische und körperliche Symptome können also auch Ausdruck all dieser Einflüsse sein. Es ist manchmal kaum möglich, und aus meiner Sicht auch nicht hilfreich, körperliche und psychische

Ursachen zu trennen oder gar gegeneinander auszuspielen.

##### Wie kann man den Kindern helfen?

Wir müssen Kindern in erster Linie einen möglichst normalen Alltag ermöglichen. Wir müssen sie aber auch vor einer Ansteckung schützen, weil wir die langfristigen Folgen noch kaum kennen. Wenn Kinder psychisch leiden, muss auch ihr Umfeld in die Behandlung einbezogen werden. Und diese sollte, wenn immer möglich, im vertrauten Milieu stattfinden. Nur ganz selten, wenn die Symptome sehr ausgeprägt sind und das Betreuungsnetz der Kinder überlastet ist, kann ein anderes Umfeld notwendig werden. Zum Beispiel ein Aufenthalt in einer Klinik. (anp)



Alain Di Gallo ist Direktor der Klinik für Kinder und Jugendliche der Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel und Mitglied der Covid-Taskforce des Bundes

pe zwischen Bund, betroffenen Familien, Lehrpersonen, Ärzten und Wissenschaftlern mit den Möglichkeiten beschäftigt, die betroffenen Kinder und Familien zu unterstützen. Sie bräuchten vor allem Hilfe bei der Betreuung zu Hause und in der Schule sowie Ärzte, die sich mit dem Chronischen Erschöpfungssyndrom auskennen – und zumindest ein Register für Long Covid und andere postvirale Erkrankungen.

«Ich verstehe nicht, wie man mehrere Millionen für Impfskeptiker ausgeben kann und unsere Kinder im Stich lässt», sagt Tims Mutter. Kein Kind solle so leiden wie ihre Jungs, sagt Nicks Mutter. «Kinder sollen lernen, spielen, Sport treiben, Freunde treffen – und nicht den ganzen Tag im Bett liegen oder auf dem Sofa sitzen, weil sie keine Kraft haben.»

Anzeige

# Schein-Normalität? Schein-Freiheit!

**Als Persönlichkeiten aus Medizin, Wirtschaft und Gesellschaft engagieren wir uns für Freiheit und Gesundheit. Stimmen Sie mit uns NEIN zum Covid-19-Gesetz, am 28. November 2021: [gesund-und-frei.ch](https://gesund-und-frei.ch)**



**Rahel Blocher** Unternehmerin **Benedikt Götte** Unternehmer **Prof. Dr. Martin Janssen** Unternehmer und Ökonomieprofessor  
**Dr. med. Stephan Rietiker** Arzt und Unternehmer **Dr. Andreas Rüd** Rechtsanwalt **Prof. Dr. Henrique Schneider** Professor für Volkswirtschaftslehre  
**Simone Wietlisbach** Unternehmerin **Claudio Zanetti** Jurist, Startup-Unternehmer und alt Nationalrat