

LONG COVID, POST-VIRAL FATIGUE SYNDROME (PVFS) & POST-VACCINE / POST-VAX SYNDROME (PVVS)

Wenn Infekte oder Impfungen zu chronischen Multisystemerkrankungen führen können

Nach Virusinfektionen, auch nach SARS-CoV-2, sowie selten nach Impfungen kann es zu anhaltenden Beschwerden kommen, die über Wochen und Monate persistieren und die Lebensqualität massiv einschränken. Diese Krankheitsbilder überlappen sich häufig, zeigen jedoch unterschiedliche Auslöser und individuelle Ausprägungen. Long COVID, das Post-Viral Fatigue Syndrome (PVFS) und das Post-Vaccine/Post-Vax Syndrom (PVVS) sind komplexe, multisystemische Erkrankungen und keine rein psychischen Reaktionen.



LONG COVID

Beschwerden, die neu auftreten oder nach einer akuten SARS-CoV-2-Infektion fortbestehen – unabhängig vom Schweregrad der Erstinfektion.

Typische Beschwerden

- Post-Exertional Malaise (PEM)
- Erschöpfung, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen
- Atemnot, Brustenge, Husten
- Schlafstörungen, nicht erholsamer Schlaf
- Herzerassen, Schwindel, orthostatische Intoleranz (POTS)
- Muskelschmerzen, Gelenkschmerzen
- Kopfschmerzen, Brain Fog
- Geruchs-/Geschmacksstörungen
- Reizüberempfindlichkeit, Stimmungsschwankungen
- gastrointestinale Beschwerden



POST-VIRAL FATIGUE SYNDROME (PVFS)

Chronisches Fatigue-Syndrom nach anderen viralen Infektionen wie EBV, Influenza, Enteroviren, HHV-6, Adenoviren u. a.

Typische Beschwerden

- Ausgeprägte Erschöpfung, Belastungsintoleranz
- PEM – Verschlechterung nach Belastung
- Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen
- Schlafstörungen, nicht erholsamer Schlaf
- Muskelschmerzen, Kopf- und Halsschmerzen
- Schwindel, Kreislaufprobleme
- Infektanfälligkeit, Lymphknotenschwellung
- Blasen- und Darmbeschwerden



POST-VACCINE / POST-VAX SYNDROME (PVVS)

Anhaltende oder neu auftretende Beschwerden nach Impfungen (z. B. mRNA-, Vektor-, Protein-, Totimpfstoffe). PVVS ist selten, aber real und kann schwer verlaufen.

Typische Beschwerden

- Erschöpfung, Belastungsintoleranz, PEM
- Dysautonomie, POTS, Herz-Kreislauf-Beschwerden
- Schmerzen (Muskeln, Gelenke, Nerven)
- Kognitive Störungen, Brain Fog
- Schlafstörungen, Reizüberempfindlichkeit
- Tinnitus, Kopfschmerzen, Sehstörungen
- Mastzell- und Histamin-assoziierte Symptome
- Zyklusstörungen, Hormon- und Temperaturdysregulation

Gemeinsame Merkmale



Post-Exertional Malaise (PEM)



Dysregulation des Immunsystems



Autonome Dysfunktion / Dysautonomie



Störung der Mikrozirkulation und Endothelfunktion



Mitochondriale Dysfunktion



Neuroinflammation & ZNS-Beteiligung



Wichtige Botschaft

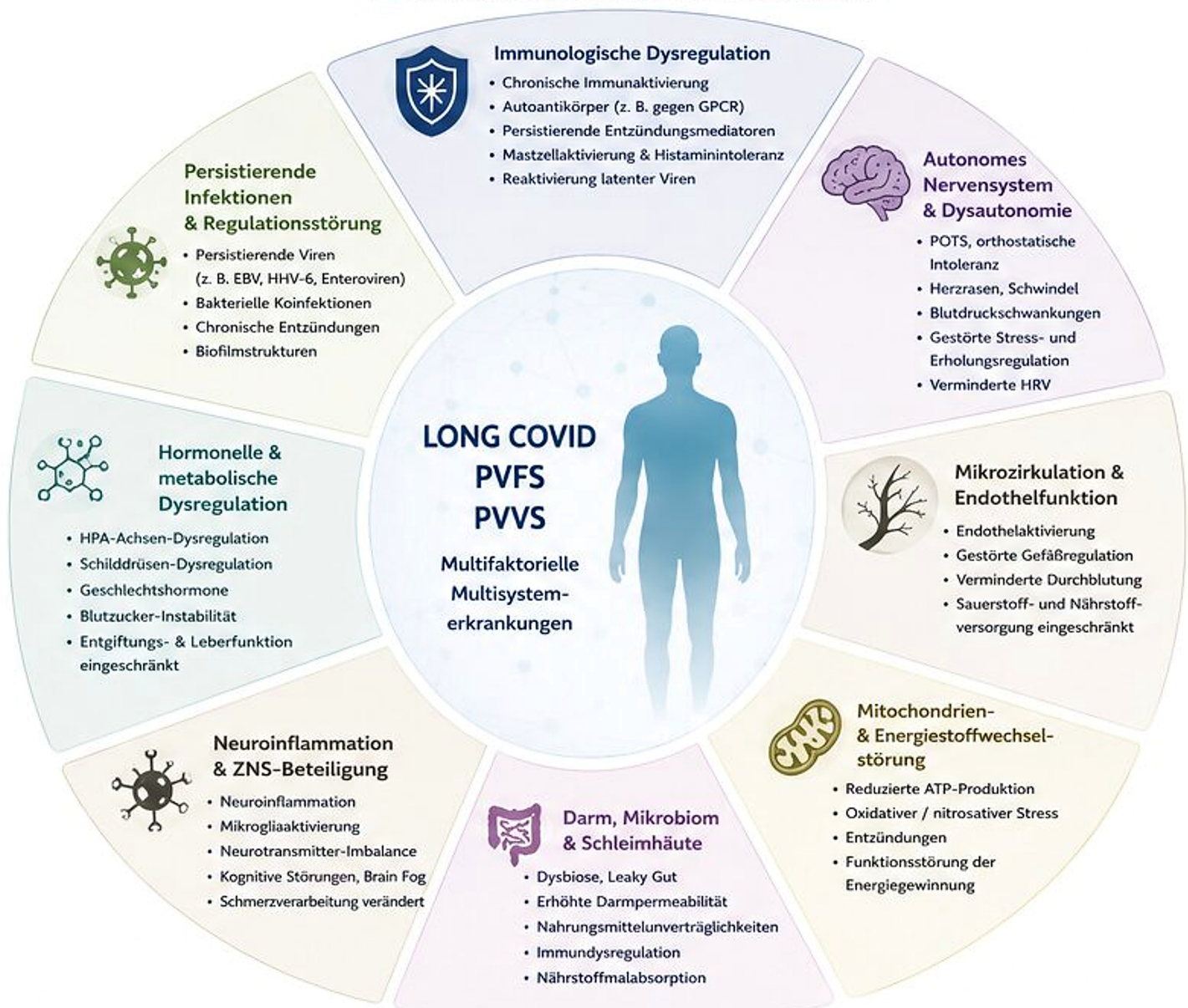
Diese Erkrankungen sind keine Einbildung und keine reine „Erschöpfung“. Sie betreffen komplexe Regulationssysteme des Körpers. Eine frühzeitige, ganzheitliche Diagnostik und individuelle, achtsame Therapie können die Lebensqualität nachhaltig verbessern.

Unser Ansatz im med³

- ✓ Ganzheitliche, ursachenorientierte Diagnostik
- ✓ Gezielte Immun-, Infektions-, Stoffwechsel- und Regulationsmedizin
- ✓ Individuelle Therapiepläne – belastungsangepasst (Pacing)
- ✓ Integrative Verfahren zur Entlastung und Regulation
- ✓ Begleitung auf körperlicher, seelischer und spiritueller Ebene

GESAMTÜBERSICHT

Zusammenspiel der möglichen Mechanismen



Mögliche Auslöser / Trigger



THERAPIEZIELE



Individuell. Ganzheitlich. Achtsam. Wissenschaftlich fundiert.
Für mehr Stabilität, Energie und Lebensqualität.

QUELLEN (AUSWAHL) & WISSENSCHAFTLICHE EINORDNUNG

WHO: Post-COVID-19 condition (2021/2025); NICE NG188 (Update 2024); Davis et al., Nat Rev Microbiol 2023; NICE NG206 (Surveillance 2025); NASEM 2024; Schmitz et al., J Allergy Clin Immunol 2026; Fujisawa et al., Sci Rep 2026.
Einordnung: Long COVID und ME/CFS sind klinische Multisystemerkrankungen. Die Bezeichnungen PVVS/PCVS/PACVS sind bislang nicht einheitlich standardisiert; Kausalität und Mechanismen müssen im Einzelfall sorgfältig geprüft werden.

© 2026 René Pierre de Waha / med³ · Eigene Konzeption, Zusammenstellung und grafische Bearbeitung · www.med3.world