

Wenn nach Corona die Erschöpfung bleibt B-Vitaminkur gegen Long-Covid Symptome

Nach einer überstandenen Infektion mit dem COVID-19/Corona-Virus leidet eine Vielzahl Erkrankter unter sogenannten Long-Covid Symptomen, Spät- oder Langzeitfolgen der eigentlichen Infektion. Besonders häufig: die Post-Covid Müdigkeit. Wir sprachen über einen vielversprechenden, therapiebegleitenden Ansatz – eine spezielle, von Ärzten oder Heilpraktikern angewandte Vitamin-B Aufbaukur – mit der Augsburger Fachärztin für Innere Medizin, Frau Privatdozentin Dr. med. Renate Weber.



PD Dr. med. Renate Weber

Redaktion: Frau Dr. Weber, wir sprechen pauschal vom Corona-Virus, dabei gibt es ja die unterschiedlichsten Varianten. Ist es dem Long-Covid Syndrom egal, welche Variante die Infektion verursachte?

Dr. R. Weber: Nun, die gute Nachricht ist, dass durch die aktuelle Omikron-Variante des COVID-Virus‘ das Risiko einer schweren Erkrankung gegenüber den ersten Varianten Alpha bis Delta für die meisten Infizierten abnimmt. So wurde in England festgestellt, dass bei einer Omikron-Infektion verglichen mit der Delta-Version bis zu 25 Prozent weniger Erkrankte in ein Krankenhaus eingeliefert werden mussten. Aber Sie liegen richtig – trotz allem sind auch bei Omikron-Infizierten Langzeitfolgen – dieses sogenannte Long-Covid – relativ häufig, gleichgültig, ob die Infektion sehr schwer, mittelschwer oder leicht verlief oder ob sie sogar symptomlos vorüber ging.

Redaktion: Wie ist der Begriff ‚Langzeitfolgen‘ eigentlich definiert?

Dr. R. Weber: Laut WHO als Beschwerden, die etwa 30 Tage nach der Infektion mit dem Corona-Virus bestehen und anhalten. Dazu zählen überdurchschnittlich häufig Atemnot und neurologische Störungen, Schlafprobleme, Muskelschmerzen, Angst und depressive Verstimmungen, vor allem aber eine anhaltende Erschöpfung (Fachbegriff Post-COVID Müdigkeit), die – ich sagte es schon – leider auch bei milden oder symptomlosen Verläufe auftreten kann. Frauen sind übrigens etwa doppelt so häufig von solchen Langzeitfolgen betroffen wie Männer. Eine holländische Studie sagt, dass einer von acht Covid-Patienten über einen längeren Zeitraum an Symptomen wie Konzentrationsstörungen oder anhaltender Leistungsschwäche leiden wird.

Redaktion: Warum kann nun möglicherweise eine durch Infusion oder Injektion verabreichte Zusatzversorgung mit B-Vitaminen (Medivitan i.V., rezeptfrei, Apotheke) einen Beitrag zur Therapie von Long-Covid leisten?

Dr. R. Weber: Da müssen wir ein bisschen ausholen. Sehen Sie, virale Infektionen bedeuten für den Körper puren Stress. Diese „oxidativer Stress“ genannte Belastung lässt extrem aggressive, zellschädigende Moleküle entstehen und stört wichtige, komplexe Stoffwechselläufe, den sogenannten „Methylierungszyklus“ im Körper. Funktioniert dieser Zyklus nicht

oder nur unzureichend, hat dies massiven Einfluss auf die Signalweiterleitung in unserem Nervensystem, auf den Hormonhaushalt, das reibungslose Funktionieren unserer körpereigenen Abwehr und auf die gesamte Energieversorgung des Organismus‘.

Redaktion: Und diese Vorgänge benötigen die Vitamine B6, B12 und B9 (Folsäure)?

Dr. R. Weber: Ja, dringend! Und zwar in ausreichender Menge. Um genau diese hochdosierte Versorgung sicherzustellen, reichen keine oralen Vitaminpräparate, sondern nur eine exakt auf die Bedürfnisse des Körpers abgestimmte Kombination aus B6, B12 und Folsäure. Wenn Sie damit genau im richtigen Moment – und zwar in der Erholungsphase des Körpers nach einer überstandenen Corona-Infektion – die B-Vitaminspeicher des Körpers wieder füllen, ist das oft wie eine Vitalisierungskur.

Redaktion: Nun besteht eine solche Vitalisierungskur aus insgesamt acht Injektionen oder Infusionen, genauer aus zwei pro Woche. Die auch noch selber zu zahlen sind. Nicht gerade wenig Aufwand!

Dr. R. Weber: Aufwand ist relativ. Zuerst mag der Zeitaufwand abschrecken, aber ich wiederhole mich: Eine Zusatzversorgung durch Vitaminpräparate in Tablettenform bleibt vermutlich hinter den Erwartungen zurück. Denn wenn sie Tabletten schlucken, kommt zum Beispiel vom empfindlichen B12 nur etwa 1% der eingenommenen Menge im Blutkreislauf an. Zudem spielt der Zeitfaktor eine Rolle: Nach einer teilweise wochenlang anhaltenden viralen Erkrankung mit akuten Symptomen zählt jeder Tag, um wieder zu Kräften zu kommen. Und die Kosten sind wirklich überschaubar und spielen – glauben Sie es mir – bei Betroffenen keine Rolle.

Redaktion: Auch Ihre Kolleginnen und Kollegen stimmen da wohl zu. Jedenfalls hielten 73 Prozent der befragten Ärzte Medivitan für eine besonders geeignete Therapieform bei Post-Covid Symptomen.

Dr. R. Weber: Das deckt sich voll mit meinen Erfahrungen. In meiner Praxis konnte ich eine signifikante Besserung gerade bei der Post-Covid Müdigkeit feststellen. In der Regel ging das überraschend schnell, in vielen Fällen waren bereits nach den ersten Injektionen deutlich spürbare Verbesserungen feststellbar.