

# Het coronavirus laat in het lichaam een slagveld na

**Van extreme vermoeidheid tot blauw-paarse vlekken op de tenen.** Nu het aantal positief geteste personen met het coronavirus in

Nederland de 50.000 nadert, leren artsen steeds meer over de nasleep: het longvirus slaat toe in elke uithoek van het lichaam.

**Malika Sevil**  
**Amsterdam**

Als er één symptoom symbool staat voor het coronavirus, dan is het wel een droge hoest. Waar de kuch vóór het coronatijdperk opging in de omgevingskakofonie, lijkt het wel alsof die nu een podium en geluidsversterking krijgt. Nou wil het ellendige geval dat die droge hoest bij veel ex-coronapatiënten wekenlang aanhoudt. Dus dan ben je te grazen genomen door het coronavirus, heeft je lijf het eruit gewerkt, officieel ben je genezen, maar uitgerekend die hoest blijft. Met alle misprijzende blikken van dien.

„Dat is voor patiënten echt heel vervelend”, zegt Michèle van Vugt, hoogleraar inwendige geneeskunde, gespecialiseerd in infectieziekten. Ze is een van de initiatiefnemers van de post-Covidpoli van Amsterdam UMC voor nazorg aan herstellende Covid-patiënten. „Ook als je niet besmettelijk meer bent, is het sociaal heel lastig om hoestend en proestend een supermarkt binnen te stappen.”

Op de poli horen ze vaak: „Dokter, ik heb nu al weken een droge hoest. Hoe lang gaat dat zo door?” Het eerlijke antwoord: de artsen weten het niet. Bij veel andere virale luchtweg-infecties duurt het zes tot acht weken voordat de hoest verdwijnt, maar of dat bij het coronavirus ook zo is, moet nog blijken.

## Bloedpropjes

Elk virus heeft een eigen nasleep. Elke hoest heeft een eigen oorsprong, eigen processen en eigen uitingen. Dus hoeft een coronahoest zich niet te gedragen als een griepoest, om maar wat te noemen. Ook zijn artsen verbluft over het grote aantal bloedpropjes in de longen van coronapatiënten. Zo zijn er nog tal van raadsels rond het virus. De lijst met post-coronaklachten is heel lang – van een herseninfarct tot iets dat lijkt op wintertenen en alles daar tussenin. Nu tienduizenden patiënten genezen zijn, wordt steeds duidelijker wat voor slagveld het virus in het lichaam kan achterlaten. De één knapt snel op, de ander kan weken later nog steeds amper ademen. Die patiënten voelen zich sloom, liggen de



▲ **Zorgmedewerkers aan het werk met ex-coronapatiënten in een revalidatiecentrum in Den Haag.**

FOTO ANP

halve nacht wakker, zijn snel uitgeput of kunnen zich niet focussen.

Om aan hen goede nazorg te verlenen, maar ook om het virus beter te begrijpen, heeft Amsterdam UMC de post-Covidpoli opgezet, waar ze vooralsnog circa driehonderd Covid-patiënten monitoren en behandelen voor de restverschijnselen. De hoop is dat het virus zijn geheimen blootgeeft, zodat de behandeling daar steeds beter op kan worden afgestemd. Longartsen Esther Nossent, Kirsten Mooij-Kalverda en Els Weersink waren betrokken bij de oprichting en werken samen met tal van andere artsen met uiteenlopende specialismen.

Wat vooral opvallend is, zegt Weersink, is hoe hard bij een deel van de patiënten het virus heeft ingehakt op het energieniveau. Ook mensen die niet heel ziek werden van het coronavirus hebben gigantisch op hun conditie ingeleverd. „Ze zijn snel uiterst vermoeid en kortademig. Een trap oplopen is al te zwaar.” Het is nog gissen wat daar precies de oorzaak van is, maar zeker is dat de schade van de infectie in de longen meespeelt. Ook de embolieën, waarbij bloedpropjes in de bloedvaten de zuurstofopname in het lichaam bemmeren, maken moe. Een derde factor waardoor patiënten moeite hebben om actief te zijn, is dat hun spieren verzwakt zijn door de ontsteking die het virus Sars-Cov2 veroorzaakt. „En je levert ook veel spierkracht in als je door ziekte lang op bed ligt en weinig beweegt.”

Mooij-Kalverda voegt eraan toe dat patiënten vaak slaapproblemen hebben. Ook dat vreet aan het energieniveau. „Ik hoor vaak van mensen die in

het ziekenhuis hebben gelegen dat ze thuis nachtmerries en onderbroken nachten hebben. Veel hazenslaapjes.” Het is een bekend verschijnsel bij patiënten die op de ic hebben gelegen: het postintensivecaresyndroom (PICS), een verzamelnaam voor aandoeningen die mensen overhouden aan een ic-verblijf, zoals slaap- en psychische problemen.



“**Sommigen leveren heel veel in op hun conditie na besmetting. Een trap oplopen is al te zwaar**”

– Longarts Els Weersink

Ook concentratieproblemen zijn een veelgehoorde klacht. „Sommige mensen kunnen niet eens een boekje lezen. Dan moeten ze dertig keer dezelfde alinea herhalen, voordat ze begripen wat er staat. Gewoon omdat ze de focus niet hebben”, zegt Weersink. Volgens Van Vugt zie je ook concentratieverlies in de nasleep van andere infectieziekten, zoals de ziekte van Pfeiffer en Q-koorts. „Dát in combinatie met een dodelijke vermoeidheid die maar niet lijkt op te houden. De onderliggende verklaring: herstel.”

Valt er nog meer van die andere ziektes te leren? Kun je op basis van de kennis die daarover is opgedaan al voorspellen hoe het de coronapatiënten in de toekomst zal vergaan? Het

onbevredigende antwoord is nee. Weersink heeft gekeken naar een onderzoek naar patiënten die Sars hebben gehad. Na een jaar leken die allemaal hersteld. „Maar dat mag je niet een-op-een vertalen naar corona, want Sars geeft alleen een longontsteking en corona veroorzaakt ook nog veel vaatproblemen en embolieën. We weten het simpelweg niet.”

## Niet topfit

Wat de deskundigen inmiddels wel weten: het virus slaat hard toe, het trekt een spoor van top tot teen en als het immuunsysteem het virus eruit heeft gewerkt, zit het lichaam met de brokken. Herstel kan lang, heel lang duren. Weersink: „Ze zeggen weleens: voor elke dag dat je ziek was, moet je een week herstellen. Dus als je veertien dagen ziek bent, dan duurt het veertien weken voordat je weer op je ‘precoronaniveau’ zit.”

Daarbij speelt volgens Van Vugt mee dat de meeste patiënten voor ze ziek werden al niet topfit waren. Velen hadden overgewicht, een hoge bloeddruk of diabetes. „Dan moeten ze met die conditie terugkeren uit een diep dal. Dat kost gewoon veel tijd.” Lichtpuntjes zijn er ook. Er zijn klachten die al bij ontslag uit het ziekenhuis weg lijken te zijn, zoals diarree. Veel patiënten hebben een tijdelijk geur- en smaakverlies, maar dat corrigeert zich. En de ontregelde nieren en de lever lijken al vrij snel weer gewoon mee te draaien. Van Vugt vindt een hoopvolle boodschap op zijn plek, want ja, het virus zit overal en stroopt het lijf af met alle schade van dien, maar: „We weten ook dat het lichaam in staat is om heel veel zaken te herstellen. De tijd heelt.”

# 300

■ **Op de post-Covidpoli van Amsterdam UMC worden circa driehonderd herstellende coronapatiënten gemonitord en behandeld voor de restverschijnselen.**