

„Erschreckend, was Patienten erleben“

Der Koblenzer Reha-Experte für Long-Covid-Betroffene, Dr. Bernhard Kügelgen, erklärt, was den Kranken hilft

Koblenz. Etwa 13 Prozent aller, die an Corona erkranken, leiden unter einem Long- oder Post-Covid-Syndrom. Auch in Koblenz und der Region sind etliche Fälle bekannt. Was diese Menschen erleben und wie ihnen geholfen werden kann, das weiß der Reha-Mediziner Dr. Bernhard Kügelgen.

Bei den meisten der Betroffenen dauern die Beschwerden bis zu drei Monaten an (Post Covid). Wer länger mit den Folgen der Infektion zu kämpfen hat, wird als Long-Covid-Fall bezeichnet. Viele haben monatelange Odysseen hinter sich, fühlen sich von Ärzten und Umfeld unverstanden und alleingelassen. Etliche versuchen, wieder zu arbeiten, und scheitern schnell, weil sie nicht mehr belastbar sind.

Der Koblenzer Neurologe, Psychiater und Reha-Mediziner Dr. Bernhard Kügelgen weiß, dass jeder Fall komplex ist und sagt, dass vielen geholfen werden kann. Er arbeitet seit einem Dreivierteljahr in sechs wöchigen ambulanten Reha-Maßnahmen mit Long-Covid-Patienten, hat schon 40 bis 50 Betroffene begleitet und sagt: „Die Menschen kommen hier hin und sind am Boden zerstört.“ Am Ende aber sind die allermeisten zufrieden, weil sie wieder ein weitgehend selbstbestimmtes Leben führen, wenn auch mit begrenzten körperlichen, psychischen und sozialen Aktivitäten, meint der Experte und Ärztliche Direktor des Therapiezentrum für Rehabilitation und MVZ Koblenz – Zentrum für ambulante Krankenversorgung.

Die ersten Fälle gab es im Herbst 2020. Kügelgen, der für seine Erfolge in der Schmerztherapie bekannt ist, sagt, dass man damals feststellte, dass einige Menschen nach der Corona-Infektion nicht gesund wurden. Er trug sich mit dem Gedanken, dass man den Pa-

tienten mit Elementen der neurologischen Rehabilitation helfen kann. Im Juli 2021 erschien eine medizinische Leitlinie für Post Covid und Long Covid. Darin schildern verschiedene Fachgesellschaften, etwa für Neurologie oder HNO, ihre Sicht und Erfahrung zu Diagnostik, Therapie und so weiter und geben nützliche Tipps für die Behandlung. Neurologe Kügelgen erklärt: „Das Beste ist für viele die neurologische Rehabilitation. Das war mir eigentlich klar.“

Herr Kügelgen, wie sind Sie an Ihre ersten Long-Covid-Patienten gekommen?

Unser Therapiezentrum Koblenz kooperiert seit 2005 mit der Unfallkasse Rheinland-Pfalz, der Berufsgenossenschaft des öffentlichen Dienstes. Die kam auf mich zu und sagte, dass sie einige Long-Covid-Fälle hat, und fragte, ob ich eine Idee habe. Ich hatte nicht nur eine Idee, sondern auch ein Konzept im Kopf. Wir haben mit einzelnen Patienten losgelegt. Später haben wir sie zu Gruppen zusammengefasst. Bei uns sind wegen der Zusammenarbeit mit der Unfallkasse viele Krankenschwestern in Behandlung.

Woher stammt das Konzept, mit dem Sie die Patienten behandeln?

Es ist sozusagen ein spezielles Menü aus dem umfangreichen Leistungsangebot einer neurologischen Reha, das meine Frau Cecilija Kügelgen als leitende Therapeutin und gleichberechtigte Mitinhaberin des Therapiezentrum für Rehabilitation Koblenz für diese Patienten zusammengestellt hat. Das geschah in Abstimmung mit der Unfallkasse Rheinland-Pfalz. Die Leitlinie empfiehlt die neurologische Reha, weil die Probleme dieser Patienten dort bekannt sind. Neben

„Eine Patientin erzählte mir, dass sie seit einem Jahr krank ist und ich der erste war, mit dem sie 15 Minuten sprechen darf.“

Dr. Bernhard Kügelgen hat viele Gespräche geführt.

einem für alle Teilnehmer geeigneten Kernteil der Reha gibt es dann noch spezielle Therapien bei besonderen Fragen, beispielsweise Schmerzen, Ängsten, beruflicher Wiedereingliederung und so weiter, dann natürlich auch die Reha-Nachsorge.

Was haben Ihnen diese Menschen erzählt?

Long-Covid-Symptome sind vielfältig: von Atemnot über Erschöpfung bis hin zu Schwindel

Covid-19 ist als Multiorganerkrankung mit einem breiten Spektrum von Problemen und Symptomen anerkannt. Bis zu 13 Prozent der Infizierten leiden darüber hinaus an einem Post- oder Long-Covid-Syndrom. Die genauen Ursachen für ein solches Syndrom sind bislang nicht bekannt, be-

einträchtigen die Erkrankten aber stark in deren Alltag. Auch hier ist die Bandbreite an Problemen groß. Eines der häufigsten Symptome ist das Fatigue-Symptom, ein starker Erschöpfungszustand. Der Koblenzer Neurologe, Psychiater und Reha-Mediziner Dr. Bernhard Kügelgen be-

schreibt es so: „Es ist, als ob jemand ihnen den Stecker zieht.“ Sehr häufig sind auch Kopfschmerzen und neurologische Ausfallerscheinungen wie Wortfindungsstörungen, Konzentrationsverlust, Gedächtnisschwund und vieles mehr. Oft leiden Betroffene auch an depressiven Verstimmungen, allgemeinen Schmerzen, Husten, Schlafstörungen, Stress, Haarausfall und vielem mehr. Seltener treten Schwindel, Lähmungen, Übelkeit, Stimm- oder Appetitverlust, Tinnitus und anders mehr auf. (Quelle: S1-Leitlinie Post-Covid/Long-Covid, Stand: (12. Juli 2021) kst

ungen, allgemeinen Schmerzen, Husten, Schlafstörungen, Stress, Haarausfall und vielem mehr. Seltener treten Schwindel, Lähmungen, Übelkeit, Stimm- oder Appetitverlust, Tinnitus und anders mehr auf. (Quelle: S1-Leitlinie Post-Covid/Long-Covid, Stand: (12. Juli 2021) kst

Freunden. Dabei ist es ganz wichtig, dass der Patient versteht, dass er keine Schuld an seinem Zustand hat und dass er kein Versager ist. Wir beginnen immer mit der angemessenen Krankheitsverarbeitung. Alle Patienten fragen sich, warum gerade sie von der Krankheit befallen werden und was das für eine Krankheit ist. Sie versuchen, dagegen anzugehen und sich wie Gesunde zu verhalten, womit sie immer wieder scheitern. Dabei ist es normal, dass sich die Patienten ständig fragen: Wieso ich? Wieso kann ich nicht mehr denken? Die Patienten müssen lernen, nach vorn zu schauen und sich krankheitsgerecht zu verhalten, sozusagen die Rolle als Long-Covid-Patient anzunehmen. Aus diesem Eingeständnis des Krankseins sind dann erste Leistungen im körperlichen, geistigen und sozialen Bereich möglich, die die Patienten aber dann auch wertschätzen müssen. Scheitern zu vermeiden, ist ein wesentliches Motto. Dazu gehört, sich regelmäßig zu bewegen, eine Tagesstruktur einzuhalten, das unwillkürliche Nervensystem abzuweichen, sich Dinge vorzunehmen, die sicher zu schaffen sind. Dazu gehört auch ein Pausenmanagement.

„Die Patienten müssen lernen, sich nach ihren Möglichkeiten zu verhalten, die anfangs sehr begrenzt sind. Das fällt natürlich Menschen, denen früher nichts zu viel war, extrem schwer.“

Dr. Bernhard Kügelgen erklärt, wo die Reha ansetzt.

Was sollen die Betroffenen in der Reha lernen? Sie müssen lernen, sich nach ihren Möglichkeiten zu verhalten, die anfangs sehr begrenzt sind. Das fällt natürlich Menschen, denen früher nichts zu viel war, extrem schwer. Wer am Arbeitsplatz weiterhin versucht, unerledigte Dinge, die jemand übernehmen soll, an sich zu reißen, übernimmt sich. Und genau das ist nicht förderlich. Wir stellen fest, dass die Patienten in der Reha in der zweiten Woche schon fleißig üben, sich privat nicht zu übernehmen, aber dass es ihnen verständlicherweise trotzdem passiert. Das ist ein Lernprozess. Ab der vierten Woche organisieren wir die Nachsorge, damit die Patienten gut weitermachen können. Da werden Fragen auch der Arbeitsstelle geklärt: In welchem Umfang ist arbeiten möglich? Kann jemand wieder alles machen? Bei einer Krankenschwester ist es wichtig, die Belastungsspitzen rauszunehmen. Sie kann keine Nacht- oder Notfalldienste oder Hubschraubereinsätze machen. Man beginnt mit wenigen Stunden. Es ist erstaunlich, wie viele dann wieder arbeiten, zwar nicht wie früher, aber die meisten sind für die Routinearbeiten mit voller Arbeitszeit einsetzbar.

Was sollen die Betroffenen in der Reha lernen?

Wie bringen Sie den Menschen bei, dass sie nicht mehr so können wie vorher? Unser Motto ist: Scheitern vermeiden. Die Patienten lernen in der Re-



Der Koblenzer Rehabilitationsmediziner Dr. Bernhard Kügelgen behandelt Long-Covid-Patienten im Therapiezentrum in Bahnhofsnahe. Foto: Katrin Steinert

ha, Dinge zu tun, von denen sie wissen, dass sie sie schaffen. Nehmen wir Leseratten. Eine Patientin hätte von sich aus immer eher zu einem 1000-seitigen Roman von Dostojewski gegriffen. Jetzt schafft sie es gerade mal so, Loriot-Szenen zu erfassen. Da gilt es, zu üben, genau das wertzuschätzen, was sie jetzt kann. Wenn ein Triathlet jetzt 50 oder 100 Meter gehen kann, dann muss man das wertschätzen. Die Patienten lernen, dass sie lieber weniger machen und sich darüber freuen sollen. Denn dann kann man das ganz langsam steigern. Wer sich permanent überfordert, macht nur Rückschritte.

Wie bereiten Sie die Leute auf den bevorstehenden Arbeitsalltag vor?

Typisch für Long Covid ist beispielsweise, dass die Betroffenen kein Multitasking mehr können. Wenn also drei Leute gleichzeitig etwas von ihnen wollen, müssen sie lernen, zu sagen, dass sie das gern erledigen, aber alles nacheinander. Die Betroffenen sind zudem weniger stressfähig. Vorkommnisse, die gesunde Menschen wegstecken und sich sagen, das kommt schon mal vor, sind für die Long-Covid-Patienten viel bedrückender. Viele leiden auch an dem sogenannten Fatigue-Syndrom. Betroffene sind beispielsweise nach zehn Minuten Abwaschen, Telefonieren oder Konferieren so erschöpft, als wenn ihnen jemand den Stecker gezogen hätte. Sie können dann nichts mehr tun, müssen aus der Situation rausgehen und sich einige Minuten ausruhen. Aber man kann die Ausdauer zwischen den Auszeiten langsam steigern. Man muss den gesamtkörperlichen Zustand verbessern. Dabei helfen wir hier mit Abhärtung des vegetativen, also des unwillkürlichen Nervensystems, regelmäßiger Bewegung, Verbesserung des Schlafes und verschiedenen Wasseranwendungen. Das Wichtigste aber ist, um Überlastung zu vermeiden, ein gutes Pausenmanagement. Wenn ein Patient weiß, er ist 20 Minuten hellwach, dann muss er lernen, kurz vor dem Abreißen nach 15 Minuten eine Pause von 5 Minuten einzulegen, um dann wieder weiterzumachen. Das ist im Beruf anstrengend, aber machbar. Es ist erstaunlich, welche Leistungen die Patienten dann mit einem solchen Pausenmanagement zusammenbekommen. Das Gute ist, dass es planbar ist.

Das Gespräch führte unsere Redakteurin **Katrin Steinert**

ANZEIGE

IHR RECHT IN GUTEN HÄNDEN

caspers

mock

Anwälte

Koblenz | Frankfurt | Bonn | Berlin | Köln | Saarbrücken | Mainz | Düsseldorf

www.caspers-mock.de

Die Krankschreibung per Videosprechstunde

In den vergangenen Monaten mehren sich die Fälle, in denen Arbeitnehmer im Betrieb Arbeitsunfähigkeitsbescheinigungen vorlegen, die von Ärzten ausgestellt sind, die ihre Praxis zum Teil mehrere Hundert Kilometer entfernt vom Wohnsitz des Arbeitnehmers betreiben. Viele Arbeitgeber fragen sich, ob dies zulässig ist, da der Arbeitnehmer angesichts der Entfernung zwischen Wohnung und Arztpraxis wohl kaum persönlich dort vorstellig geworden ist. Kann eine Arbeitsunfähigkeit daher bescheinigt werden, ohne dass der Arbeitnehmer die Arztpraxis überhaupt betreten hat? Die Antwort hierzu gibt die sog. Richtlinie des Gemeinsamen Bundesausschusses über die Beurteilung der Arbeitsunfähigkeit und die Maßnahmen zur stufenweisen Wiedereingliederung nach § 92 Abs. 1 Satz 2 Nummer 7 SGB V in der Fassung vom 19.11.2021 (im Folgenden: Arbeitsunfähigkeits-Richtlinie). Demnach darf eine Feststellung der Arbeitsunfähigkeit durch den behandelnden Arzt nur auf Grund einer persönlichen Untersuchung

erfolgen. Diese muss aber nicht zwingend unmittelbar persönlich vor Ort in der Arztpraxis, sondern darf auch mittelbar im Wege einer Videosprechstunde erfolgen, § 4 Abs. 5 Satz 2 der Arbeitsunfähigkeits-Richtlinie. Die vorgenannte Richtlinie macht hierfür in § 4 Abs. 5 Satz 3 bis 9 klare Vorgaben: So darf eine Feststellung der Arbeitsunfähigkeit im Rahmen einer Videosprechstunde nur erfolgen, wenn die Art der Erkrankung dies nicht ausschließt. Die Symptomatik muss daher eine Beurteilung der Arbeitsunfähigkeit im Wege der Videosprechstunde zulassen. Ist der Patient dem Vertragsarzt oder einem anderen Vertragsarzt derselben Berufsausübungsgemeinschaft (also derselben Arztpraxis) nicht bekannt, darf die erstmalige Krankschreibung per Videosprechstunde zudem nur für maximal 3 Kalendertage erfolgen. Ist der Patient dem Vertragsarzt oder einem anderen Vertragsarzt derselben Arztpraxis aufgrund früherer Behandlung hingegen unmittelbar persönlich bekannt,

kann eine erstmalige Feststellung der Arbeitsunfähigkeit im Wege einer Videosprechstunde für einen Zeitraum von bis zu 7 Kalendertagen erfolgen. Die Dauer der erstmaligen Krankschreibung differenziert daher danach, ob der Patient der Arztpraxis durch frühere Behandlungen bereits unmittelbar persönlich bekannt ist. Auch darf die Feststellung des Fortbestehens der Erkrankung über den erstmalig attestierten Zeitraum nur erfolgen, wenn bei dem Arbeitnehmer bereits zuvor aufgrund unmittelbarer persönlicher Untersuchung durch den Vertragsarzt Arbeitsunfähigkeit wegen derselben Krankheit festgestellt worden ist. Eine Folgekrankschreibung ist daher nur dann per Videosprechstunde zulässig, wenn die vorherige Krankschreibung auf Grundlage einer unmittelbaren persönlichen Untersuchung ausgestellt worden ist. Werden diese Vorgaben der Arbeitsunfähigkeits-Richtlinie nicht eingehalten, wird der sog. Beweiswert einer Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung regelmäßig erschüttert sein.

Der Arbeitgeber hat in diesen Fällen gute Chancen, dass er keine Entgeltfortzahlung im Krankheitsfall zahlen muss. Ebenso darf der Arbeitgeber die Entgeltfortzahlung im Krankheitsfall verweigern, wenn der Arbeitnehmer eine „Online-Krankschreibung“ vorlegt, deren Ausstellung keine Untersuchung und Besprechung (zumindest im Wege des telefonischen Kontaktes oder Videokontaktes mit einem Arzt) vorausgegangen ist. Wenn der Arbeitnehmer, wie in der Praxis zum Teil vorkommend, daher lediglich online vorformulierte Fragen zu seiner Krankheit beantwortet und dann ohne weitere Untersuchung und ohne weiteren Kontakt eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung ausgestellt bekommt, muss der Arbeitgeber diese nicht anerkennen. Dies hat das Arbeitsgericht Berlin jüngst entschieden (ArbG Berlin, Urteil vom 01.04.2021 – 42 Ca 16289/20).

Sprechen Sie den Verfasser bei Fragen zu diesem Thema gerne an.



Ralph Muthers
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht

Rudolf-Virchow-Straße 11 – 56073 Koblenz
Telefon: 0261 / 404 99-69
Telefax: 0261 / 404 99-786
muthers@caspers-mock.de