

# Gruppenpsychotherapie bei Long-Covid

## Hintergrund

- Das **Long-Covid-Syndrom** bezeichnet das Persistieren von Langzeitsymptomen wie **Fatigue, Atembeschwerden** oder **kognitiven Beeinträchtigungen** nach einer COVID-19-Erkrankung und wird mit einer Prävalenz von rund 15% beschrieben (1, 2).
- Aktuelle Studien zeigen nebst einer **reduzierten Schlaf- und Lebensqualität** auch ein erhöhtes Risiko, **psychische Beschwerden wie Depressionen oder Angststörungen** zu entwickeln (3 - 5).
- Für Betroffene gibt es neben somatisch orientierten Sprechstunden auch psychologische Unterstützungsangebote.
- Das Ziel dieser Analyse war es, erste Daten zur **Wirksamkeit einer fortlaufenden Gruppenpsychotherapie bei Long-Covid** zu sammeln.

## Methode

- Vorläufige Stichprobe:** n = 20 Patienten mit Long-Covid (16 Frauen, 4 Männer, mittleres Alter 45.3 ± 11.4), welche sich für eine Long-Covid-Gesprächsgruppe des Kantonsspitals St.Gallen angemeldet haben.
- Design:** Fortlaufendes, einarmiges Gruppenpsychotherapie-Setting mit psychometrischer Erhebung jeweils zu Beginn (**T1**) und Abschluss (**T2**) der Therapie

**T1 Gruppenpsychotherapie T2**

## Psychometrie

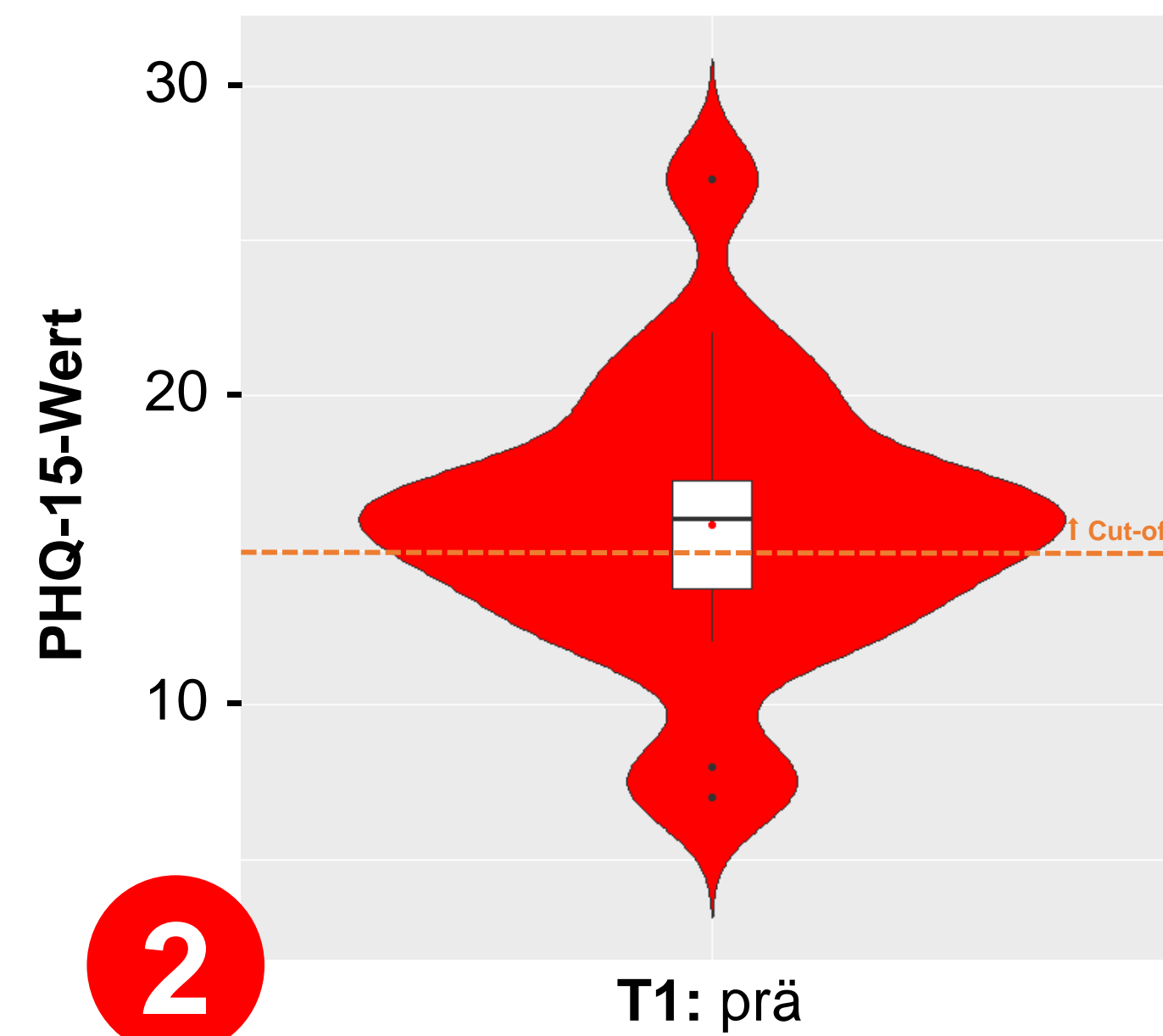
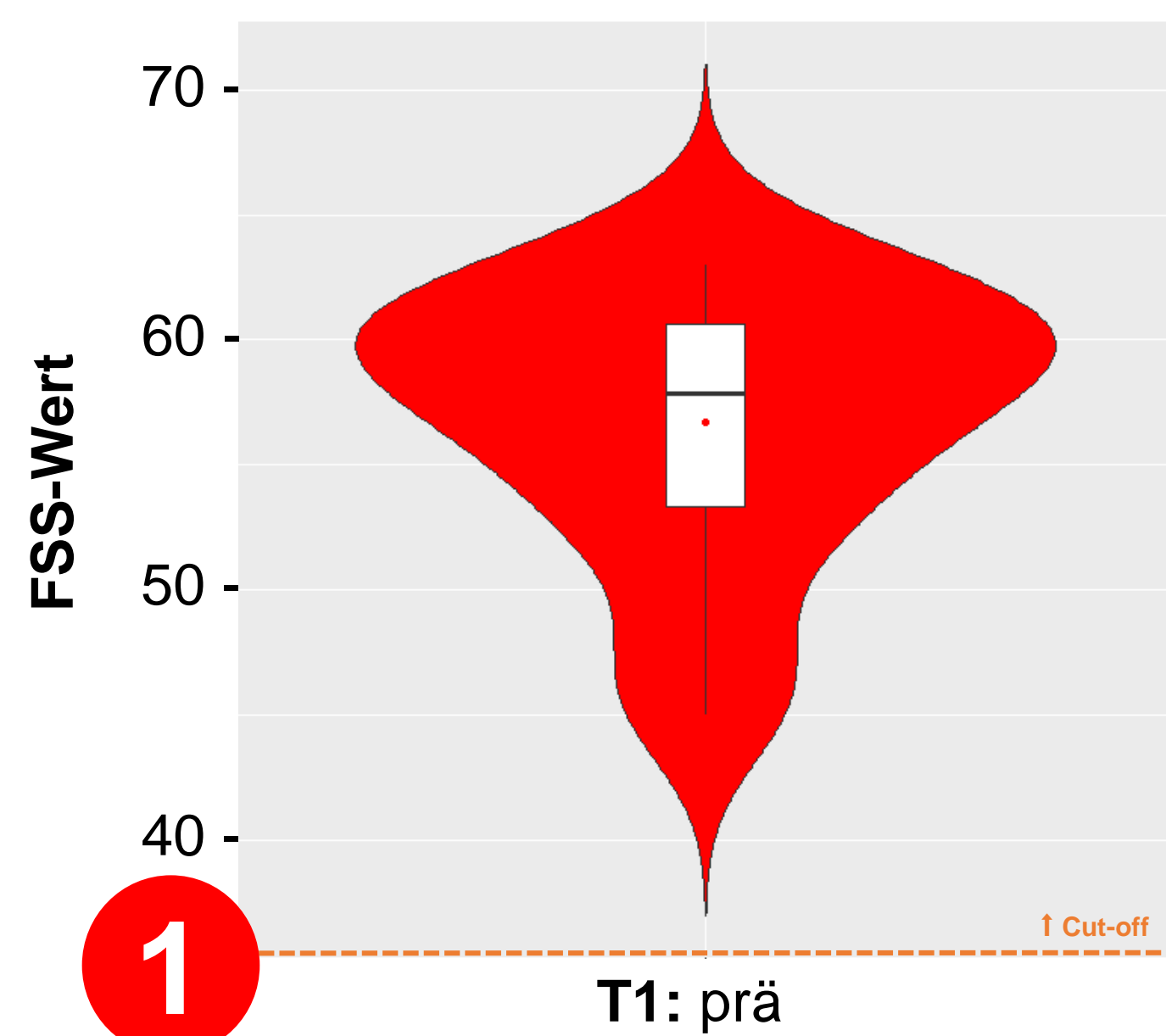
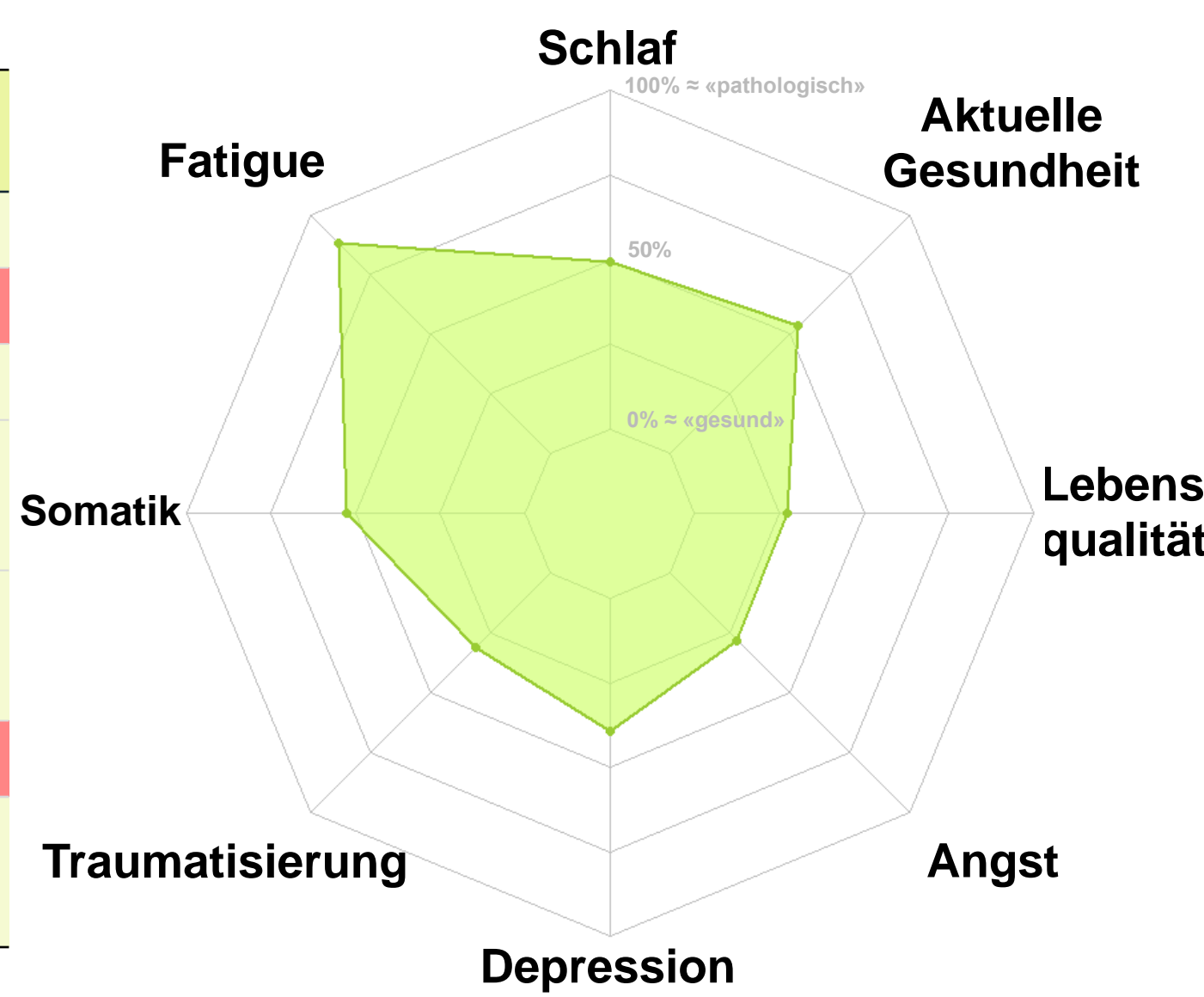
Bereich	Questionnaire (QNR)
Schlaf	ISI [0 - 28]
Fatigue	FSS [9 - 63]
Traumatisierung	IES-R [≤ 0 oder > 0]
Depression	HADS [0 - 21], PHQ-9 [0 - 27]
Angst	HADS [0 - 21], GAD-7 [0 - 21]
Somatik	PHQ-15 [0 - 30]
Lebensqualität / aktuelle Gesundheit	EQ-5D-5L [5 - 25]

Abb. 1: Studiendesign und Messzeitpunkte im Verlauf. Tab. 1: Psychometrie-Erhebungsdimensionen mit zugehörigen Messinstrumenten

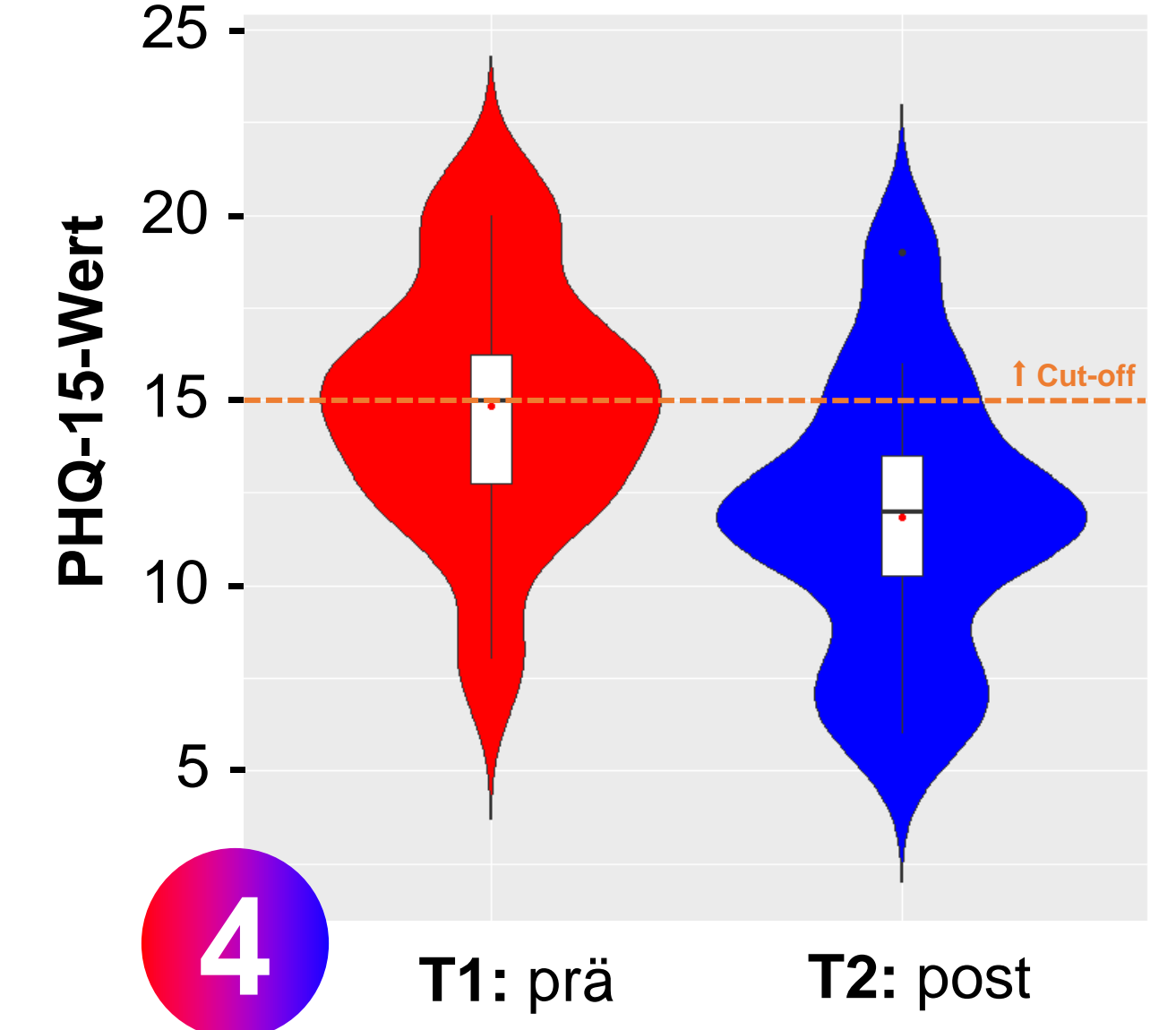
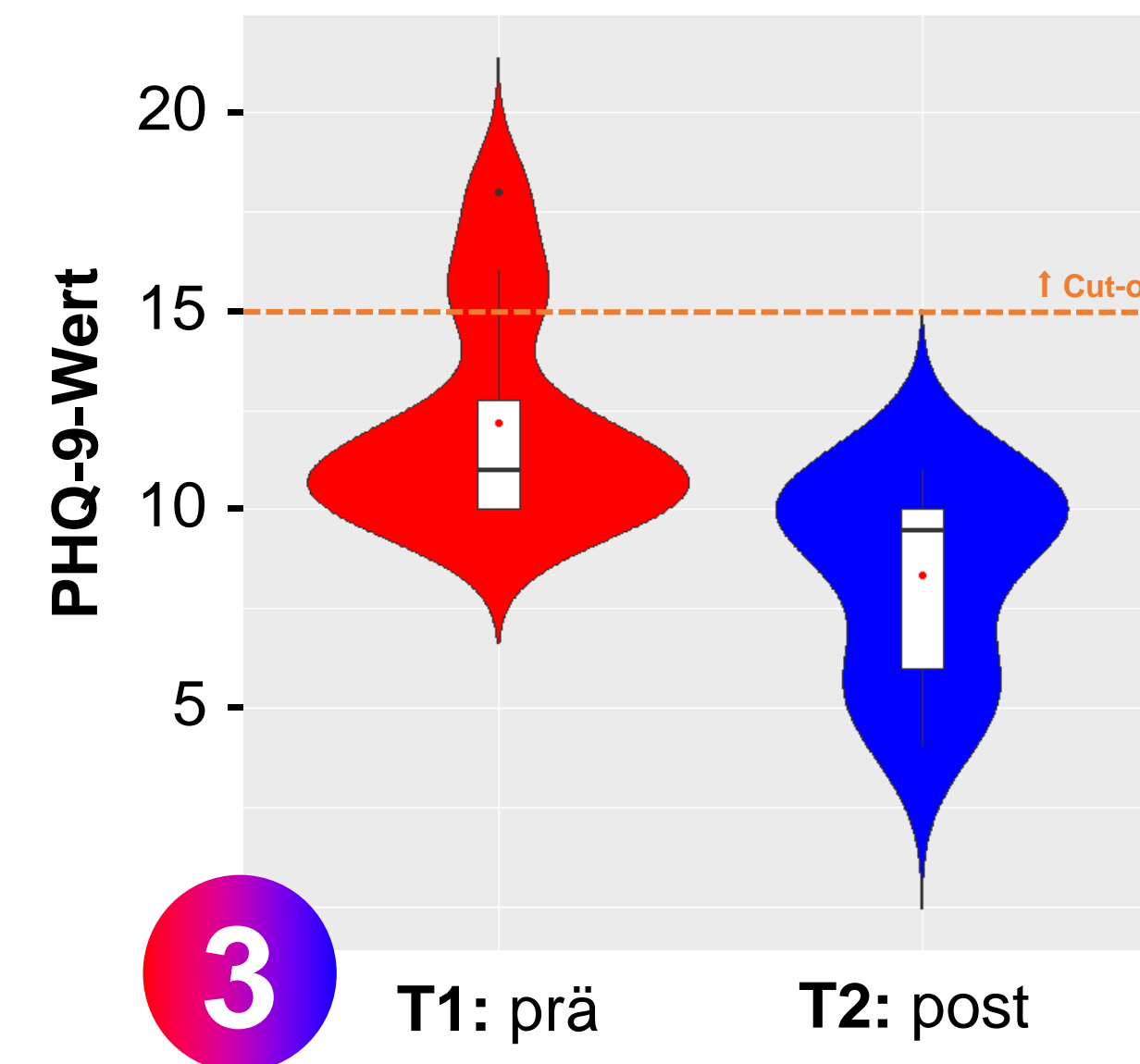
## Resultate

### Deskriptive Analyse: T1 für n = 20 Personen

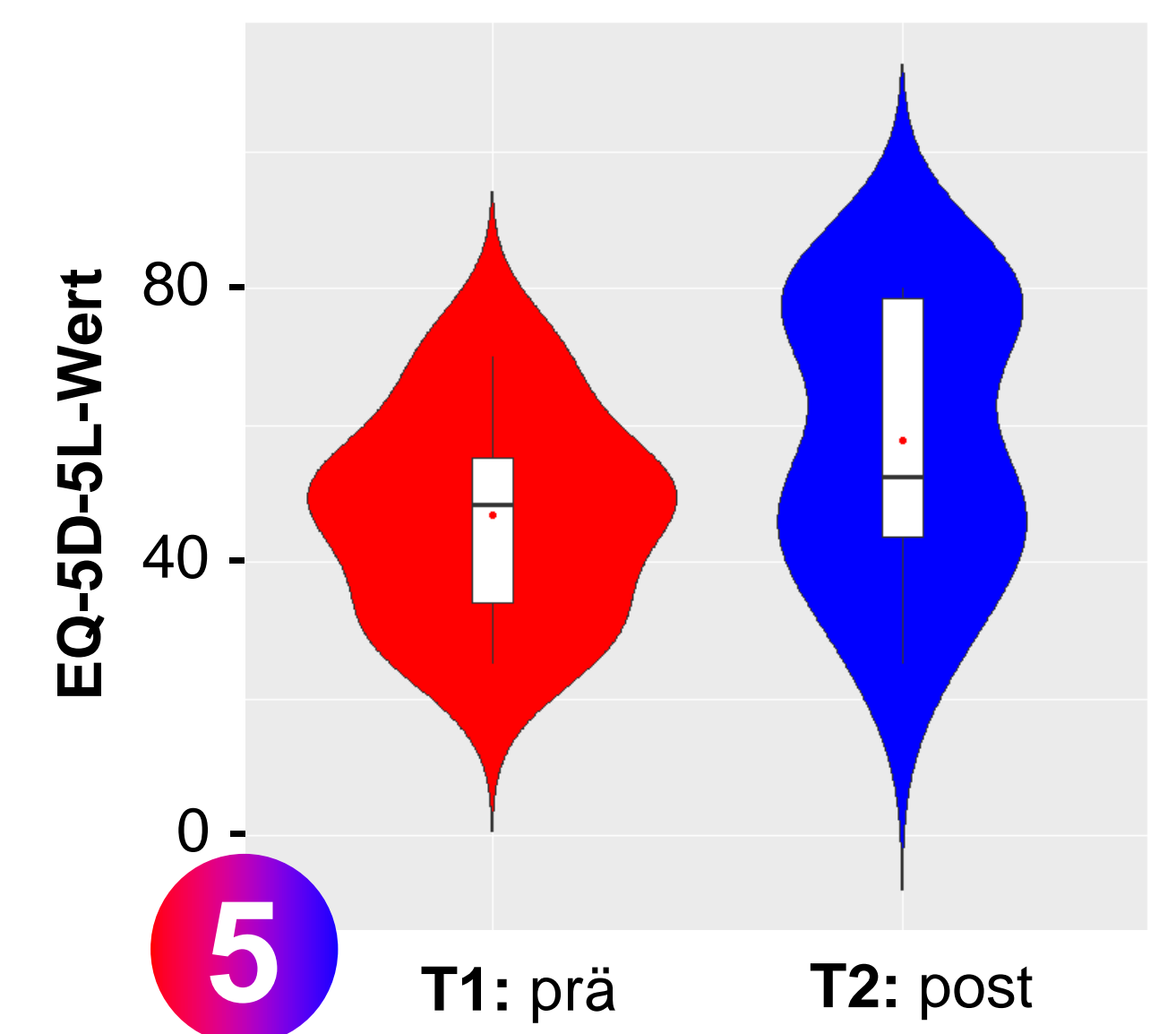
QNR	Cut-off	Mittelwert [SD]
ISI (Schlaf)	≥ 15	13.8 [6.2]
<b>FSS (Fatigue)</b>	<b>≥ 36</b>	<b>56.7 [5.3]</b>
IES-R (Traumatisierung)	> 0	-2.5 [1.8]
HADS (Depression)	≥ 11	7.1 [3.8]
PHQ-9 (Depression)	≥ 15	12.1 [4.6]
HADS (Angst)	≥ 11	5.4 [3.6]
GAD-7 (Angst)	≥ 15	6.4 [4.6]
<b>PHQ-15 (Somatik)</b>	<b>≥ 15</b>	<b>15.8 [4.4]</b>
EQ-5D-5L (Lebensqualität)	≤ 14	17.5 [2.7]
EQ-5D-5L (Akt. Gesund.)	n.v.	46.4 [16.8]



### Prä-Post-Vergleich: T1 zu T2 für n = 12 Personen



QNR	Mittelwert [SD]		p	Cohens d
	T1	T2		
<b>PHQ-9 (Depression)</b>	<b>12.2</b> [2.6]	<b>8.3</b> [2.4]	<b>.001</b>	<b>1.249</b>
<b>PHQ-15 (Somatik)</b>	<b>14.8</b> [3.3]	<b>11.8</b> [3.6]	<b>.012</b>	<b>.866</b>
<b>EQ-5D-5L (Akt. Gesund.)</b>	<b>47</b> [14.1]	<b>57.8</b> [19.1]	<b>.044</b>	<b>.658</b>



Tab. 2: Deskriptive Psychometrie-Ergebnisse zu T1. Abb. 2 - 6: Violin-Plots mit Median (-) und Mittelwert (•) der auffälligen Psychometrie-Ergebnisse zu T1 und T2

## Diskussion

- Es wurden **klinisch relevante Werte** in den Bereichen **Fatigue** und **Somatik** beobachtet, wie auch in ähnlichen Studien berichtet wird (3, 5 - 8).
- Es zeigten sich **keine klinisch relevanten Werte** in den Bereichen **Schlaf, Traumatisierung, Angst, Depression** und **Lebensqualität**. Dies deckt sich nicht mit aktuellen Studien, welche Assoziationen zwischen Long-Covid und klinisch relevanten psychischen Beschwerden beschrieben haben (4, 5, 9, 10).
- Der Prä-Post-Vergleich bei 12 Patienten (**limitierte stat. Power von 49%**) zeigte einen Trend zur Verbesserung in allen gemessenen Dimensionen im Therapieverlauf, wobei stat. signifikante Verbesserungen bei **Depression, Somatik** und **aktueller Gesundheit** für die Wirksamkeit der Gruppenpsychotherapie sprechen.

## Fazit & Ausblick

- Die vorläufigen Ergebnisse zeigten bei Long-Covid-Patienten **klinisch relevante Symptome** in den Bereichen **Fatigue** und **Somatik**.
- Im Verlauf der Gruppenpsychotherapie wurde eine **Reduktion der psychischen Belastung** und **Verbesserung der Einschätzung der aktuellen Gesundheit** beobachtet.
- Aufgrund der bisher kleinen Stichprobe ist jedoch eine weiterführende Analyse mit grosserer Patientenzahl nötig.

