

Gruppenprogramm untersucht Resilienzfähigkeit bei Post-COVID-Betroffenen

Die Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie der Universitätsmedizin Frankfurt bietet ab Januar 2026 neue Gruppenprogramme für Menschen mit Post-COVID-Symptomatik an. Das Programm ist Teil einer klinischen Studie und soll Betroffene mit anhaltenden kognitiven oder psychischen Beschwerden unterstützen.

Viele Menschen leiden noch Monate nach einer SARS-CoV-2-Infektion unter anhaltender Erschöpfung, Konzentrationsproblemen oder psychischen Beschwerden. Um diese Betroffenen gezielt zu unterstützen, startet die Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie der Universitätsmedizin Frankfurt im Rahmen einer klinischen Studie ein neues Gruppenprogramm zur Stärkung der Resilienz bei Post-COVID-Symptomatik.

„Von Post-COVID spricht man, wenn drei Monate nach einer SARS-CoV-2-Infektion immer noch eklatante gesundheitliche Einschränkungen bezüglich der Alltagsfunktion und Lebensqualität bestehen. Für viele Betroffene bedeutet es, dass der Weg zurück in den Alltag kein Sprint, sondern ein Marathon ist“, erklärt Prof. Dr. Viola Oertel. „In unserem Gruppenprogramm möchten wir fundiertes Wissen über das Krankheitsbild vermitteln, in wertschätzender und offener Atmosphäre über die Beschwerden sprechen und dabei besonderen Fokus auf die Steigerung der Belastungs- und Arbeitsfähigkeit legen, u.a. mittels Psychoedukation und praktischer Übungen.“

Teilnahmebedingungen

Teilnehmen können Erwachsene zwischen 18 und 65 Jahren, die mehr als zwölf Wochen nach einer oder mehreren SARS-CoV-2 Infektionen weiterhin unter wesentlichen alltags- und arbeitsfähigkeitsbeeinträchtigenden Symptomen wie Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen, Erschöpfung, depressiven Verstimmungen, Ängsten oder Schlafproblemen leiden, und die eine starke Motivation haben, ihre Situation zu verändern. Voraussetzung ist außerdem, dass aktuell keine andere psychotherapeutische Behandlung besteht.

Vor Aufnahme erfolgt eine umfassende Diagnostik in der Post-COVID-Ambulanz der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie. Patientinnen und Patienten, die die Einschlusskriterien erfüllen, können – je nach Kapazität – in eine der Studiengruppen aufgenommen werden.

Acht Wochen, ein gemeinsames Ziel

Das Post-COVID-Resilienz-Gruppenprogramm umfasst wöchentliche Sitzungen von 90 Minuten und läuft über einen Zeitraum von acht Wochen. Jede Gruppe besteht aus sechs bis zehn Teilnehmenden.

Neben fundierter Wissensvermittlung zum Krankheitsbild stehen Austausch, gegenseitige Unterstützung und praxisnahe Übungen im Mittelpunkt. Themenschwerpunkte sind unter anderem:

- Umgang mit Erschöpfung, Schlafstörungen und reduzierter Belastbarkeit
- Förderung von Alltags- und Arbeitsfähigkeit
- Achtsamkeitstechniken und weitere praktische Übungen
- Strategien zur Stärkung emotionaler, psychischer und sozialer Ressourcen

Für die Teilnahme an der klinischen Studie wird eine Aufwandsentschädigung von 60 Euro gewährt.

Anmeldung

Interessierte können sich per E-Mail an P-Covid@unimedizin-ffm.de wenden. Die nächsten Starttermine sind für Januar 2026 vorgesehen.

Hintergrund: Die Post-COVID-Ambulanz der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie der Universitätsmedizin Frankfurt

Die Post-COVID-Ambulanz der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie wurde 2021 gegründet, um Menschen mit anhaltenden neuropsychiatrischen Beschwerden nach einer SARS-CoV-2-Infektion zu unterstützen. Die Abgrenzung zu anderen Erkrankungen erfordert eine eingehende Diagnostik. Neben psychiatrischen und neuropsychologischen Untersuchungen werden differentialdiagnostische Abklärungen angeboten, u.a. durch Bluttests. Ziel ist eine präzise Einordnung der Beschwerden sowie Beratung zu Hilfsangeboten und individuellen Therapieoptionen.