



ME/CFS, Post-Covid und andere postvirale Syndrome bei Kindern und Jugendlichen

Was ist das und was kann ich tun?

**Ein Schulungsangebot für
Betroffene und ihr soziales Umfeld**

Ein Projekt von:

Post-COVID  Bavaria

The logo for Post-COVID Kids Bavaria, featuring a colorful horizontal bar (red, yellow, green, blue) above the text 'Post-COVID Kids Bavaria'. The word 'Kids' is in a large, blue, rounded font, and 'Bavaria' is in a smaller, blue, sans-serif font.

Was sind Postvirale Syndrome?

Postvirale Syndrome sind schwere, chronische Multisystemerkrankungen, die nach akuten Viruserkrankungen auftreten, wie beispielsweise das Post-COVID Syndrom nach Infektion mit Covid-19. Diese gehen mit erheblich reduzierter Alltagsfunktion und sehr geringer Lebensqualität einher. Die Betroffenen können ihren alltäglichen Aufgaben, Interessen, Hobbys und sozialen Kontakten nur noch eingeschränkt oder gar nicht mehr nachgehen. Einige der schwer betroffenen Kinder und Jugendliche leiden an einer erheblichen Belastungsintoleranz bis hin zum Vollbild eines Myalgischen Enzephalomyelitis/Chronischen Fatiguesyndroms (ME/CFS).

Das SPZ Würzburg klärt wichtige Fragen wie:

- ▶ Wie entsteht meine Krankheit?
- ▶ Wie kann ich mit
 - ▷ meiner Erschöpfung
 - ▷ meinen Schmerzen
 - ▷ meinen Schlafproblemen
 - ▷ meinen Kreislaufproblemen
 - ▷ meinen Konzentrationsschwierigkeiten umgehen?
- ▶ Welche Unterstützung im Alltag und für Schule/Ausbildung kann ich erhalten?
- ▶ Wie können mich Eltern, Geschwister oder Freunde unterstützen?

Schulungsangebot für Betroffene

Ein multiprofessionelles Team bietet wöchentliche Online-Gruppenangebote an. Hier beantworten Ärzt*innen, Psycholog*innen, Physiotherapeut*innen und Ergotherapeut*innen Fragen und geben hilfreiche Tipps.

Die Schulungsreihen werden mit zwei Schwerpunkten durchgeführt: 1. ME/CFS, 2. schwere postvirale Syndrome

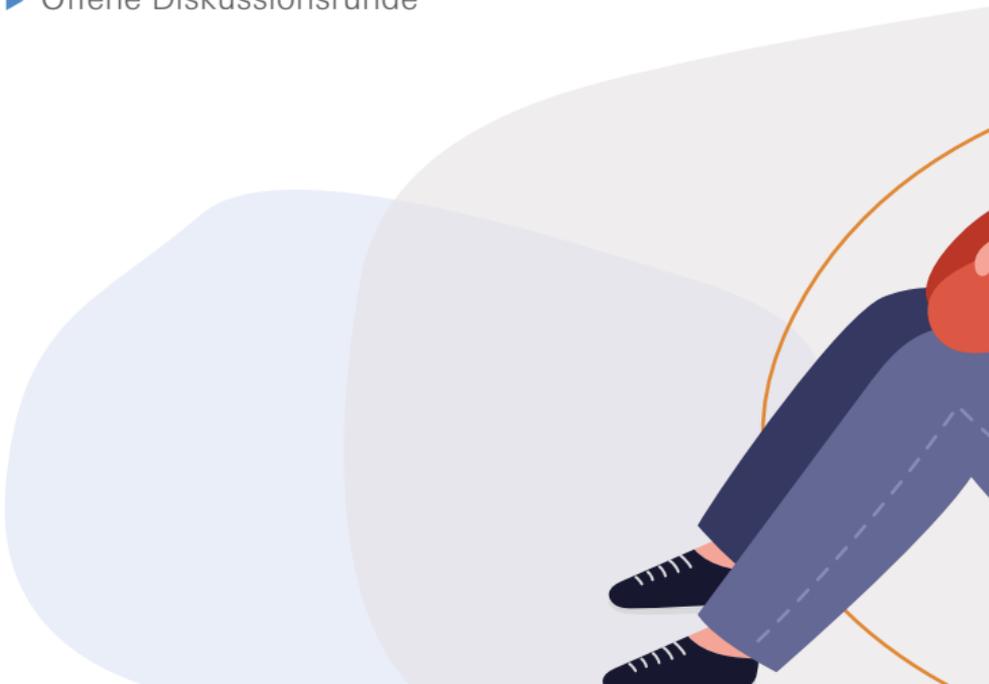
Start: November 2023 (à 45 min.)

Die Termine finden donnerstags von 14.00–14.45 Uhr statt.

Mehr Informationen zu Einführungsterminen finden Sie auf unserer Homepage.

Weitere Themen sind (Termine auf der Homepage):

- ▶ Krankheitsaufklärung
- ▶ PEM (Post-Exertional Malaise)
- ▶ Belastungsmanagement (Pacing)
- ▶ Entspannungs-/Atemtechniken
- ▶ Weitere Therapieoptionen (beispw. bei Fatigue)
- ▶ Krankheitsmanagement
- ▶ Ernährung
- ▶ Offene Diskussionsrunde



Schulungsangebot für Eltern

Zudem werden interdisziplinär geführte Online-Schulungsangebote für Eltern in 5 Einheiten angeboten.

Start: Dezember 2023

Die Termine finden donnerstags von 17.00–18.30 Uhr statt.

Mehr Informationen zu Einführungsterminen finden Sie auf unserer Homepage.

Es geht unter anderem um:

- ▶ Krankheitsaufklärung und -management
- ▶ Weitere Therapieoptionen
- ▶ Entspannung, Atmung und Pacing
- ▶ Sozialrechtliche und schulische Aspekte
- ▶ Ernährung



Weitere Informationen

Mehr Informationen zu ME/CFS, Post-COVID und anderen postviralen Syndromen sowie zu den Schulungsangeboten sind auf unserer Homepage:

Besuchen Sie unsere Homepage:
www.ukw.de/spz/mecfs



Infos zu den Schulungsangeboten
finden Sie hier:



Bei Fragen und Interesse wenden Sie sich bitte an
mecfs_spz@ukw.de.



Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Universitätsklinikum Würzburg

Josef-Schneider-Straße 2 · 97080 Würzburg

E-Mail: mecfs_spz@ukw.de

www.ukw.de/spz/mecfs

Gefördert durch:

Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit,
Pflege und Prävention