

F. JÖTTEN | CH. HARZHEIM | G. LIMACHER
S. FRIEDAUER | K. GEHRING

LONG COVID

Hilfe für Betroffene und Angehörige

Medizin
Psychologie
Recht

Beobachter
EDITION

Inhalt

Vorwort	9
MEDIZIN	11
Was bedeutet Long Covid aus medizinischer Sicht?	12
Symptome von Long Covid und deren Behandlung	14
Erschöpfung (Fatigue)	15
Probleme mit Atmung und Herz-Kreislauf-System	20
Störung des Riech- und Geschmackssinns	23
Mögliche Mechanismen von Long Covid und Behandlungsoptionen	24
PSYCHOLOGIE	29
Einleitung	30
Psychologie und Long Covid	31
Bewältigungsstrategien	32
Das lebendige Dreieck des Wohlbefindens	40
Unser Wohlbefinden	44
Gedanken	44
Gefühle	55
Körper	63
Die Bedeutung des Lebensumfeldes	83
Wie wir leben	83
Angehörige	88
Long Covid bei Kindern	93

ARBEITSRECHT	101
Einleitung	102
Krankmeldung und Arztzeugnis	103
Was muss der Arbeitgeber wissen?	103
Das Arztzeugnis	104
Wenn der Arbeitgeber Sie zur Vertrauensärztin schickt	106
Einfach oder detailliert: Was gehört ins Arztzeugnis?	107
Teilarbeitsunfähigkeit	110
Wiedereinstieg in den Job	113
Fixe Arbeitszeit oder Gleitzeit?	113
Und bei Gleitzeitmodellen?	113
Arztbesuch und Teilzeitarbeit	114
Längere Therapien	114
Bei Krankheit: Lohnfortzahlung des Arbeitgebers	115
Es kommt auf den Arbeitsvertrag an	115
Das sagt das Gesetz	116
Kein Krankenlohn für «Frischlinge»	117
Wie viel Geld erhält man wie lange?	118
Was gilt bei Stundenlohn?	120
Was ist mit dem Dreizehnten, den Spesen und Zulagen?	121
13. Monatslohn, Gratifikation, Bonus	121
13. Monatslohn	122
Gratifikation	122
Trinkgelder, Spesen, Schichtzulagen, Überstunden	123
Echte und unechte Spesen	123
Zulagen für Schichtarbeit und Ähnliches	124
Was gilt bei Überstundenentschädigung und Jahresarbeitszeitmodellen?	125
Familienzulagen	125
Die Beiträge an die Sozialversicherungen	127
Beitrags- und Versicherungslücken vermeiden	127

Kündigungsschutz bei Krankheit	131
So lange sind Sie vor Kündigung geschützt	131
Und der Lohn?	134
Selber kündigen?	135
Pensumskürzung, Funktionsänderung, Vertragsanpassung	136
Krank und arbeitslos	137
Haben Sie genug Beitragszeit?	138
Sind Sie vermittlungsfähig?	140
Spezialregelung nach der Anmeldung bei der IV	142
Wenns falsch läuft: der Rechtsweg	143
Zuerst Hilfe holen	143
Wenn Sie klagen müssen	144
SOZIALVERSICHERUNGSRECHT	149
Einleitung	150
Allgemeine Vorbemerkungen	151
Berufsunfall oder Krankheit?	152
Covid-19 und Long Covid als Listenkrankheit	153
Covid-19 und Long Covid nach der Generalklausel	155
Angestellt oder selbständig erwerbend?	156
Welche Leistungen müssen von den Versicherungen übernommen werden?	156
Kurz- und mittelfristige Leistungen	157
Bei Berufskrankheiten	157
Im Falle einer Krankheit	158
Spezielle Behandlungen bei Covid-19 und Long Covid	159
Kann die Versicherung Leistungen kürzen, weil ich mich nicht impfen liess?	160

Langzeitleistungen	161
Anmeldung bei der IV	161
Was ist, wenn ich mich nicht erhole? Welche Leistungen habe ich dann zugut?	161
Worauf muss ich achten?	168
Wie wird eine Long-Covid-Erkrankung rechtlich beurteilt?	168
Was ist, wenn ich mit einem Entscheid nicht einverstanden bin?	172
Wann brauche ich welche Hilfe?	172
Wie finanziere ich das?	173
Entscheide der Unfall-, Kranken- und Invalidenversicherung	173
Entscheide der Pensionskassen	174
Krankentaggeld- und Lebensversicherungen sowie die Zusatzversicherungen zur Krankenkasse	175
Fazit	176
ANHANG	179
Nützliche Adressen und Links	180
Quellenangaben	184
Stichwortverzeichnis	186