

# Welche Therapiemöglichkeiten gibt es bei Long-Covid?

Beitrag von „Antimon“ vom 8. Januar 2022 18:38

## Zitat von Palim

Dann lass es doch einfach, statt direkt angefasst zu sein.

DU warst diejenige, die sich bemüsst fühlte, noch einmal "ganz deutlich" etwas zu schreiben, was bereits geschrieben war: Die Fragestellerin muss zusammen mit einem Arzt abklären, ob Bewegung in ihrem Fall überhaupt sinnvoll ist.

## Zitat von Palim

Auch wenn man davon schreibt, dass man nicht das Niveau vor der Erkrankung erreicht, ist es ein himmelweiter Unterschied, ob man dann seinen Alltag nicht bewältigen kann **oder die 15 km joggen um den See nicht mehr schafft.**

Ich weiss nicht von wem du schreibst (Hervorhebung). Vielleicht lässt du die ganzen Spekulationen einfach mal bleiben. Es steht dir auch nicht zu zu beurteilen, wer welchen Zustand wie belastend findet. Auch das hängt nämlich sehr stark vom Fitnesslevel vor einer Erkrankung ab.