

Long COVID: Stress erstmals als Risikofaktor identifiziert

Wien (ots) -

Neue Studie (Med Uni Graz) belegt Einfluss von chronischem Stress auf frühe Long-COVID-Phase

Eine Studie der Med Uni Graz („StressLoC“) hat **wahrgenommenen chronischen Stress im Monat vor der SARS-CoV-2-Infektion** erstmals als **Risikofaktor** für **anhaltend symptomatisches COVID-19** (frühe Long-COVID-Phase) identifiziert. In der prospektiven Kohorte (**n=288**) berichteten **73 %** noch vier Wochen nach Krankheitsbeginn über neue, alltagsbeeinträchtigende Beschwerden. Höhere Stressbelastung war zudem mit schwererem akutem Verlauf assoziiert. **Auffällig:** Der Zusammenhang mit Long COVID zeigte sich **nur** für **subjektiv wahrgenommenen Stress** – **nicht** für **Lebensereignisse** oder **Haar-Cortisol**. Die Befunde ordnen **chronischen Stress als einen zusätzlichen Risikofaktor** ein – **relevant für Prävention** und möglicherweise für **Behandlung** und **Gesundheitspolitik**. Anhaltender subjektiver Stress ist auch bei anderen Erkrankungen (z. B. Herz-Kreislauf) als Risikofaktor beteiligt und sollte – nunmehr auch mit Blick auf **Long COVID als postinfektiöse Folgeerkrankung** – präventiv mitbeachtet und wenn möglich reduziert werden, eigenständig oder mit professioneller Unterstützung.

Die Arbeit erschien am **9. September 2025** im internationalen Top-Journal *Psychotherapy and Psychosomatics* (Fazekas C et al.; DOI **10.1159/000547858**). **Finanzierung:** FWF.

„Unsere Daten sprechen dafür, **Stressbelastung auch bei Long COVID mitzudenken** – ohne Alarmismus, mit Blick auf Prävention und Versorgung“, sagt **PD Dr. med. Christian Fazekas** (Med Uni Graz), Erstautor der Studie.

Pressekontakt:

Medizinische Universität Graz

PD Dr. med. Christian Fazekas

Telefon: 031638513045

E-Mail: christian.fazekas@medunigraz.at

Website:

https://online.medunigraz.at/mug_online/visitenkarte.show_vcard?pPersonenId=EE723D842F2FAFF2&pPersonenGruppe=3