**Prípad – dlodobý covid**

Žena 38-ročná.

„Robila som, aj robím, ale už som 2 mesiace na PN. Dostala som covid a prechodila som ho. Mala som zvýšenú teplotu, sem- tam hnačku, 10dní som bola strašne slabá, ale pracovala som(chodila do práce). V robote som len sedela, ako zbitý pes. Teploty mám doteraz, už 3. mesiac 37,5.
Liečim sa na úzkostnú poruchu, doteraz bola v norme, ale po covide sa to veľmi zintenzívnilo. Už som úplne úzkostlivá.

Zo začiatku som celý deň preležala, nič sa mi nechcelo, ani variť, vadil mi stres, riešenie vecí, čo boli v robote. Kým som nebola chorá, vstávala som ráno 6.30, ale po covide nemôžem vstať z postele. Nie kvôli bolestiam, nechce sa mi. Niekedy som na seba nazlostená, však už vstávaj! Lepšie vtedy, keď človek spí a o ničom nevie. Niekedy cítim slabosť v nohách – chvenie. Ťažko zvládam stres, cítim úzkosť, pred covidom mi to vôbec nerobilo problém. V nohách mám slabosť, akoby sa podlamovali a v píšťalách ma láme. Teplota prichádza vtedy, keď mám slabosť.

Chcela by som sa vrátiť do roboty, ale neviem, prečo mám takú úzkosť z práce, predtým to nebolo. Úzkosť, že keď sa vrátim do roboty, že mi príde zle. Odkedy som PN, kolegyňa ma poohovárala, aj kvôli tomu tam nechcem ísť. Povedala mojej šéfke, že maródujem len tak. Boli sme kamarátky . Keď som sa to dopočula, tak ma až hlava rozbolela, nečakala som to. Schudla som odvtedy, vôbec mi nechutilo jesť. Taká som bola ako bez života, bez energie, len som ležala, pozerala telku. Niekedy som až plakala.

Hlavne sa chcem cítiť viac v pohode. Toto ma naštvalo, že dovtedy som všetko robila, aj v robote a zrazu nič. Stále som bola nastavená veľa robiť a keď prišla corona, tak vôbec nič nevládzem. Inokedy, keď som bola doma, stále som si našla niečo na prácu a potom všetko opadlo. Teraz sa mi nechce, stratila som chuť a energiu. Som doslova ako zdochlina.

Po korone mám bolesť hlavy vzadu v záhlaví, tlačí to dopredu, akoby mi oči chceli vypadnúť (oči mi vytláčalo von - „driľalo von“). Bolia ma očné gule. Bolesti bedrových kĺbov, kolenných kĺbov, búšenie srdca, bolesti žalúdka, ťažký žalúdok, časté stolice, nie hnačky.

Keď som bola v práci počas covidu, už mi vadili aj zákazníci. Pritom som predtým rada obsluhovala. Ráno sa budím už o 7.00 a pozerám na hodinky, koľko je hodín, aby som dlho nespala. Nervozita, že nemôžem predsa tak dlho spať! Nechcem byť v posteli, nečinná. Predtým som vstávala skoro. Cez deň hocikedy únava a vyčerpanosť, pocit, že keby som si ľahla, tak hneď zaspím. Niekedy to doslova prekonávam.

Pred covidom som bola aktívna – prechádzky, záhrada, nikdy som nebola taká lenivá, ako teraz.

Mám dlhodobý problém s chrbticou, 4 stavce posunuté, synoviálna tekutina.
Covid bol mierny, nebola som ani u lekára, prišla únava po 10 dňoch. Najviac ma štvalo, že v robote nie som aktívna.

Predtým som si stále niečo našla, pracujem v chovateľských potrebách, akvaristike. Baví ma vymýšľať veci, fyzicky majstrovať. Búdku pre psov som robila, aj s vŕtačkou. V robote ma bavilo starať sa o akváriá, čistiť, svetlá ponapájať. Bola som činný človek, teraz som bez energie a pripadám si menejcenná, neužitočná. Rada robím v záhrade, zbožňujem psov, rastliny (muškáty). Mám okolo 80 muškátov, farba ma na nich zaujíma. (Aká farba?) Farby, čo majú oči: ružovo cyklámenová, krikľavá, žiarivá farba, čo mi pritiahne oči.

Beriem antidepresíva, ale už roky. Teraz sa mi niekedy až ruky trasú, pred covidom sa mi netriasli. Začala som mať úzkosť, strach sa na to miesto (do práce) vrátiť. Keď ma niečo naštve, tak nepoviem rovno, hanbím sa, aby som nemala výčitky.

Kolegyňa, predtým som ju zastávala, povzbudzovala, keď mala s priateľom problém a ona mi také spravila. Mali sme spoločný firemný chat a ona sa od neho odpojila a píše si so šéfkou sama. Odkedy som na maródke, tak ma vymazala aj z priateľov na Facebooku. Trápi ma, že neviem, čo pohovorila vedúcej, lebo si mysleli, že som na maródke z trucu.

Teraz, keď mi niekto napíše na Messenger, nechce sa mi ani odpísať. Dajte mi všetci pokoj! Ani stretávať s ľuďmi sa mi nechce. Nechuť niečo robiť a zaťažovať sa hocijakými vecami, ktoré sa ma netýkajú. Rozčuľuje ma, keď mi niekto volá, ale rodina mi nevadí. Brzdí ma to v rolovaní na FB, keď sa začítam a telefonát ma vyruší. Preto asi aj nemám deti, lebo chcem mať svoj kľud. Momentálne stále rozmýšľam, čo bude s mojou prácou, či mám zavolať šéfke.

Chcela by som byť trochu odvážnejšia, keď s niekým rozprávam, povedať mu rovno. Bojím sa toho, že ak sa vrátim do práce a bude mi zle, že sa budem hanbiť. Chcem sa čím skôr vrátiť do práce, odstrániť tú teplotu a úzkosť.“

Klientka prišla oblečená v ostro ružovom svetri, aj bundu mala ružovú. Počas celého vyšetrenia som mala čudný pocit, pôsobila na mňa veľmi detinsky (má 38 rokov). Aj na moje otázky odpovedala ako „Pipi dlhá pančucha“ tak detsky priamo, bez hanby.

**Podaný liek: ZZZ**

Tento liek má témy: podraz od kolegyne; nespravodlivosť - ohováranie; plač; príroda, zvieracie vedomie – miluje psy, pracuje v obchode so zvieratami; hlava – bolesť hlavy v záhlaví smerujúca do očí, pocit, akoby oči chceli vypadnúť; problém s chrbticou, posunuté stavce, synoviálna tekutina; nechutenstvo; časté močenie, už po vypití malého množstva vody (dlhodobý príznak).

Po podaní 3 dávok sa cítila stále rovnako, teplota neustúpila, ani úzkosť, energiu stále nemá. Povedala: „Predsa nemôžem 3 mesiace maródovať. To už je príliš.“

**Repertorizácia:**

**Podaný liek: XXX**

**O tri dni:**

„Ja som nemala horúčku! To je zázrak. Chce sa mi robiť, ale ešte nie všetko. Už som aj upratovala a bola som v meste, čo sa mi predtým dlho nechcelo. Slabosť príde iba vtedy, ak veľa robím. Prestali zášklby v nohách. Búšenie srdca ešte mám. Hneď na druhý deň po lieku mi volala šéfka, 15 minút sme spolu rozprávali, bolo to super.“

Po týždni:

Už mám chuť robiť. Bola som v práci si vyjasniť ten problém s kolegyňou, tak som jej kus naložila, predtým by som sa hanbila. Ešte s tým vstávaním mám problém, som lenivejšia. Teplotu už nemám, iba raz sa vrátila na hodinku a potom to prestalo. Taká som šťastnejšia všeobecne. Niekedy ešte cítim úzkosť, ale nie je to také intenzívne.

Po 2 týždňoch:

Bola som na masáž kvôli chrbtici a znova sa objavila teplota. Znova som trochu lenivejšia, ráno sa zobudím o 6.00 a potom spím ďalej. Mala som lepšiu náladu počas tých dvoch týždňov, ale postupne to vyprchalo.

O tri dni: Už tretí deň nemám teplotu. Vrátila sa mi vitalita a chuť robiť. Ukončila som maródku a idem do práce. Mám trošku obavy, ísť po troch mesiacoch do roboty, ale neprežívam to, ako po kovide.