

5 SAKER SOM
ALLA BORDE
VETA **OM** DET
ELÄNDE SOM
KALLAS FÖR
POSTCOVID

1.

**Det är en
allvarlig
fysisk sjukdom**

Idag vet vi hur allvarligt postcovid kan påverka hela kroppen – med effekter på allt från blodkärl, hjärta och immunförsvar till nerver och hjärna. Det finns över 200 symtom, men bland de vanligaste är en bedövande energilöshet, kognitiva problem (ibland kallat "hjärndimma"), hjärtklappning och att symtomen förvärras kraftigt av ansträngning.

Sjukdomen kan drabba olika hårt. De svårast sjuka kan inte lämna hemmet och uppfyller ofta även kriterierna för ME – en oerhört funktionsnedsättande neurologisk sjukdom. Livskvaliteten för dem har jämförts med att ha långt framskriden cancer.

2.

**Det är mycket
vanligare än
många tror**

Många studier har visat att mellan 5 och 10 procent av befolkningen drabbats av postcovid. När vi 2025 lät Sifo undersöka hur det såg ut i Sverige uppgav 1 av 30 svenskar att de själva var drabbade – en siffra som stämmer väl överens med bedömningar från bland andra WHO.

Men det finns ett stigma som gör att många inte vill berätta om sin sjukdom. Och eftersom kunskapen är så låg får vissa höra att deras symtom nog beror på något annat. Även från vården. Det är förmodligen därför du inte har hört talas om fler som har drabbats, även om du nog känner flera av dem.

3.

**Det går oftast inte
över av sig själv**

För många blir postcovid en kronisk sjukdom. Av de som varit sjuka i mer än ett år blir få helt återställda. Vissa blir bättre, men många blir också sämre, särskilt om de återinfekteras med covid eller överanstränger sig så att de får kraftiga bakslag (det som ofta kallas PEM).

Än finns det inga botande läkemedel. Däremot finns det en handfull behandlingar som ibland kan dämpa vissa av symtomen, bland annat för puls-rubbningen POTS, hjärntrötthet och några av de andra följsjukdomarna som postcovid kan utlösa.

4.

**Det kan
(fortfarande)
drabba alla**

Idag tror många att faran är över om man har haft covid tidigare och är vaccinerad. Och pandemin är väl över? Trist nog är det inte så enkelt. Postcovid har inga tydliga riskgrupper – det kan drabba alla, även barn. Nya varianter, tidigare infektioner och vaccination tycks ha minskat risken sedan 2020, men tyvärr bara med ungefär hälften.

De allra flesta som utvecklar postcovid nu gör det efter en mild infektion. Och det är inte ovanligt att drabbas efter sin andra, tredje eller femte omgång covid, även om man klarat sig förut. Så tyvärr finns det fortfarande bara ett säkert sätt att undvika postcovid – att undvika att bli smittad.

5.

**Det är väldigt
svårt att få
rätt vård**

Postcovid är en komplex sjukdom som kräver specialiserad vård. Tyvärr saknas den typen av specialistmottagningar i nästan alla Sveriges regioner. Köerna är dessutom långa, och många av de sjuka lyckas inte ens komma in i kön.

Många får nöja sig med sin vårdcentral. Där är dessvärre kunskapen fortfarande ofta låg. De sjuka vittnar om hur de får kämpa för att ens få en diagnos och aldrig får tillgång till de symptomlindrande behandlingar som faktiskt finns.

Stöd vår kamp för bättre vård och mer forskning

Är du själv sjuk eller anhörig till någon med postcovid? Scanna QR-koden eller gå in på covidforeningen.se och bli medlem idag. Där finns också mer information om sjukdomen för både drabbade och andra.



**Svenska
Covidföreningen**

FOLKSJUKDOMEN VI INTE PRATAR OM