

Anlage 1: Leistungsinhalt/Behandlungsablauf

I Versorgungsalgorithmus

Die projektspezifischen Versorgungsleistungen erstrecken sich bei „WATCH“ über einen Zeitraum von 24 Monaten.

Der Versorgungspfad beginnt mit der Rekrutierung von Patienten, die länger als 4 Wochen nach einer COVID-Infektion noch an relevanten Beschwerden leiden oder bei denen bereits Post-COVID diagnostiziert wurde, über die teilnehmenden Hausarztpraxen. Die Ein- und Ausschlusskriterien sind in dem Anmeldebogen für das Projekt definiert.

Bei medizinischer Notwendigkeit (Red Flags gemäß aktuell gültiger Leitlinie) erfolgt eine strukturierte Abklärung/Mitbeurteilung durch spezialisierte Fachärzte. Wenn sich die Gefährdung für eine Krankheitsdauer über 12 Wochen hinaus bestätigt, wird durch den Hausarzt nach Prüfung des zentralen Einschlusskriteriums (SF36-Fragebogen PCS < 45 Punkte) für den Patienten eine Intervention im Post-COVID-Zentrum initiiert. Die hierfür erforderlichen Unterlagen werden datenschutzkonform durch den Hausarzt an das Post-COVID-Zentrum (PoCo-Zentrum) übermittelt.

Daraufhin terminiert das PoCo-Zentrum die Interventionen im Post-COVID-Bus (PoCo-Bus) wohnortnah für die Patienten. Um das Projekt wissenschaftlich auswerten zu können, wird jeweils eine Frühinterventionsgruppe und eine Spätinterventionsgruppe gebildet. Die Gruppen unterscheiden sich durch den Interventionsbeginn ab der 13. Woche bzw. ab der 26. Woche nach akuter bzw. bereits diagnostizierter Infektion. Für beide Gruppen ist der gleiche Behandlungsablauf vorgesehen.

Beim ersten Termin im PoCo-Bus (Woche 0 – V1a) erfolgen die Eingangsuntersuchungen zur Vorbereitung auf die Interventionen und die Installation der notwendigen Applikationen.

Zum Start der Interventionen werden in einem zweiten Termin im PoCo-Bus (Woche 0 – V1b) die Patienten in die Handhabung der jeweiligen Applikationen eingewiesen. Die Interventionen beginnen zu Woche 1 und laufen parallel in den drei Kategorien „Brain“, „Body“ und „Soul“ über 12 Wochen (V1). Während dieser Zeit (projektunabhängig) stattfindende Hausarztconsultationen werden für die ärztliche Motivationsberatung der Trainingsprogramme genutzt. Dazu erhält der Hausarzt Zwischenberichte des PoCo-Zentrums per Brief.

Zum dritten Termin (Woche 13 – V2) finden Konsultationen beim Hausarzt sowie im PoCo-Bus zum Abschluss der Intervention statt, um die Ergebnisse für die Evaluation zu erfassen. Bei den Teilnehmern der Frühinterventionsgruppe werden diese Erhebungen 12 Wochen später im vierten Termin noch einmal wiederholt (Woche 25 – V3), um die Nachhaltigkeit des Interventionseffektes zu untersuchen.

1. Nachtrag vom 13.12.2023; Anlage 1 zum Vertrag gemäß § 140a SGB V über eine mobile Wohnortnahe Versorgung zur Steuerung der sektorübergreifenden Therapie bei Post-COVID-19 in Thüringen (WATCH) vom 20.10.2023; gültig ab 01.01.2024

mind. Woche 5 nach Infektion	mind. Woche 11 nach Infektion	Überleitung an Post-COVID-Zentrum	Woche 0 (V1a)*2	Woche 0 (V1b)	Woche 1-12	Woche 13 (V2)	Woche 25 (V3)
<ul style="list-style-type: none"> • Patient bei HA: <ul style="list-style-type: none"> ○ HA schreibt Patient in den Vertrag**1 ○ Bei Red Flags – Überweisung an entsprechenden FA 	<ul style="list-style-type: none"> • Patient bei HA: <ul style="list-style-type: none"> ○ HA überprüft E/A-Kriterien, u. a. Auswertung SF36 ○ HA übermittelt Befundunterlagen an das PoCo-Zentrum 	<ul style="list-style-type: none"> • Post-COVID-Zentrum koordiniert Termin mit Patient, wenn E/A-Kriterien (SF36-PCS < 45 Punkte) erfüllt sind 	<ul style="list-style-type: none"> • Patient im Bus: <ul style="list-style-type: none"> ○ Eingangs-Assessment ○ Einrichtung Apps 	<ul style="list-style-type: none"> • Patient im Bus: <ul style="list-style-type: none"> ○ Schulung Apps 	<ul style="list-style-type: none"> • Telemedizinische Interventionen: <ul style="list-style-type: none"> ○ Brain ○ Body ○ Soul • Verstärkung/ Motivation durch HA bei Wiedervorstellung des Patienten 	<ul style="list-style-type: none"> • Patient im Bus: <ul style="list-style-type: none"> ○ Abschluss-Assessment 	<ul style="list-style-type: none"> • Patient im Bus: <ul style="list-style-type: none"> ○ Nachbeobachtungs-Assessment

*1 Nach erfolgter Einschreibung des Patienten erhält dieser vom PoCo-Zentrum per Post ein Starterpaket mit dem SF36-Fragebogen, der Einwilligung zur Projektteilnahme (inkl. Patienteninformation), dem WATCH-Meldebogen sowie der Patientenselbstauskunft → diese Unterlagen muss der Patient ausgefüllt und unterschrieben zum Wiedervorstellungstermin beim Hausarzt vorlegen.

Assessment:
 Anamnese
 Fragebögen (SF36, MoCA, PHQ9, BFI, FAS)
 Oxford Cognitive Screen
 Sit-to-Stand-Test, Muskelkraft
 Lungen-EIT

**2 Ggf. verschiebt sich dieser Termin, um den Patienten eine größere Flexibilität zu ermöglichen und gleichzeitig sicherzustellen, dass für die Busvorstellungen genügend Patienten rekrutiert werden können.

➡ Einteilung der Patienten in Früh- und Spätinterventionsgruppen

Abb. 1: Behandlungspfad „WATCH“

Die Einteilung von Patienten für die letzte Spätinterventionsgruppe endet am 28.02.2025. Danach sind nur noch Frühinterventionen möglich. Die Einschreibung von Patienten für das Projekt endet am 31.05.2025.

II Übersicht über die haus- und fachärztlichen Sonderleistungen und innovativen Rehabilitationsprogramme (Interventionen)

Woche	Hausärztliche Sonderleistungen	Fachärztliche Sonderleistungen und Innovative Rehabilitationsprogramme																
1 2 3 4																		
5 6 7 8 9 10 11 12	Screening, Assessment, Einverständnis - Einschreibung WATCH Bei Red Flags -> Facharztüberweisung Anmeldung für Interventionen incl. Befundübermittlung	zeitnahe leitliniengerechte Akutbehandlung und fachärztliche Abklärungsdiagnostik bei Auftreten von Red Flags im Rahmen persistierender COVID-Symptome Fatigue - Psycho - Neuro - Schwäche - Luftnot ggf. mit Einschätzung der Eignung/Kontraindikationen für Interventionen																
I-1 I-2 I-3 I-4 I-5 I-6 I-7 I-8 I-9 I-10 I-11 I-12 I-13 I-14 I-15 I-16 I-17 I-18 I-19 I-20 I-21 I-22 I-23 I-24 I-25 I-26	Konsultation/Motivation fakultativ für Interventionsgruppe Konsultation/Motivation fakultativ für Interventionsgruppe obligate Konsultation mit Abschlusseinschätzung (Frühinterventionsgruppe) Konsultation/Motivation fakultativ für Spätinterventionsgruppe Konsultation/Motivation fakultativ für Spätinterventionsgruppe obligate Konsultation mit Abschlusseinschätzung (Spätinterventionsgruppe)	<table border="1"> <tr> <td colspan="2">PoCo-Bus: Eingangs-Check, Einführung in Interventionen</td> </tr> <tr> <td>PoCo-Bus: telemedizinische Interventionen</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">BODY, BRAIN & SOUL</td> <td></td> </tr> <tr> <td>PoCo-Bus: 2. Check</td> <td>PoCo-Bus: 2. Check</td> </tr> <tr> <td></td> <td>PoCo-Bus: telemedizinische Interventionen</td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: center;">BODY, BRAIN & SOUL</td> </tr> <tr> <td>PoCo-Bus: 3. Check</td> <td>PoCo-Bus: 3. Check</td> </tr> <tr> <td colspan="2">Datenübermittlung zur Evaluation der Interventionen</td> </tr> </table>	PoCo-Bus: Eingangs-Check, Einführung in Interventionen		PoCo-Bus: telemedizinische Interventionen		BODY, BRAIN & SOUL		PoCo-Bus: 2. Check	PoCo-Bus: 2. Check		PoCo-Bus: telemedizinische Interventionen		BODY, BRAIN & SOUL	PoCo-Bus: 3. Check	PoCo-Bus: 3. Check	Datenübermittlung zur Evaluation der Interventionen	
PoCo-Bus: Eingangs-Check, Einführung in Interventionen																		
PoCo-Bus: telemedizinische Interventionen																		
BODY, BRAIN & SOUL																		
PoCo-Bus: 2. Check	PoCo-Bus: 2. Check																	
	PoCo-Bus: telemedizinische Interventionen																	
	BODY, BRAIN & SOUL																	
PoCo-Bus: 3. Check	PoCo-Bus: 3. Check																	
Datenübermittlung zur Evaluation der Interventionen																		

Abb. 2: Übersicht über die haus- und fachärztlichen Sonderleistungen im Projekt „WATCH“

II.1 Teilnahmekriterien Hausarzt und hausärztliche Sonderleistungen:

- Teilnahmeberechtigte Leistungserbringer gemäß § 2 Abs. 1 Buchstabe (b) des Vertrages sind:
 - Fachärzte für Allgemeinmedizin,
 - Praktische Ärzte,
 - hausärztlich tätige Internisten oder
 - Fachärzte für Kinder- und Jugendmedizin (sofern sie Patienten über 18 Jahre betreuen, deren somatische Entwicklung nicht abgeschlossen ist),
 deren Haupt- oder Nebenbetriebsstätte in Thüringen liegt und die die Anforderungen des Versorgungsvertrages erfüllen.
- verpflichtende Fortbildung (Kursteile 1 und 2) sowie Ausfüllen der Teilnahme- und Einwilligungserklärung (HA, Anlage 2a) zur Genehmigung bei der KVT

Hausärztliche Sonderleistungen (in Verbindung mit Abbildung 2):

	Patienten mit Neuinfektion	Patienten mit bereits diagnostiziertem Post-COVID-Syndrom
Leistungskomplex 1	Leistungskomplex 1 beinhaltet die Erfüllung nachfolgender Punkte:	Leistungskomplexe 1 und 2 beinhaltet die Erfüllung nachfolgender Punkte:
→ bei Patienten mit Neuinfektion ab Woche 5 nach Infektion abrechenbar → bei Patienten mit diagnostiziertem Post-COVID-Syndrom sofort abrechenbar	1. Indikationsspezifische Auswahl Post-COVID-gefährdeter Patienten mit nachfolgenden Voraussetzungen: <ul style="list-style-type: none"> - Patienten mit durchgemachter SARS-CoV-2 Infektion (durch PCR- oder durch zertifizierten Antigentest nachgewiesen und vom Hausarzt als gesicherte Diagnose dokumentiert) und mit persistierenden Symptomen, - mit einem Mindestalter von 18 Jahren, - Wohnort in Thüringen, - Einwilligung zur Teilnahme an der besonderen Versorgung und Datenverarbeitung (Anlagen 4a und 4b nach Aushändigung durch den Hausarzt) sowie - Verfügbarkeit eines geeigneten mobilen Endgerätes (Smartphone, Tablet) sowie eines stabilen Internet-Zugangs 2. Durchführung des projektbezogenen (Post-COVID-spezifischen) hausärztlichen Basis-Assessments → ausführliche Beratung zum Krankheitsbild und zum Vertrag mit Hinweis auf die Evaluation und anschließender Einschreibung in den Vertrag (Original an PoCo-Zentrum: Post-COVID-Zentrum UKJ, Sek. Prof.	1. Beim Patienten wurde bereits Post-COVID diagnostiziert und er erfüllt folgende weitere Kriterien: <ul style="list-style-type: none"> - Patienten mit einem bereits diagnostizierten und dokumentierten Post-COVID-Syndrom bei gesicherter Infektion (durch PCR- oder durch zertifizierten Antigentest nachgewiesen und vom Hausarzt als gesicherte Diagnose dokumentiert), - mit einem Mindestalter von 18 Jahren, - Wohnort in Thüringen, - Einwilligung zur Teilnahme an der besonderen Versorgung und Datenverarbeitung (Anlagen 4a und 4b nach Aushändigung durch den Hausarzt) sowie - Verfügbarkeit eines geeigneten mobilen Endgerätes (Smartphone, Tablet) sowie eines stabilen Internet-Zugangs 2. Durchführung des projektbezogenen (Post-COVID-spezifischen) hausärztlichen Basis-Assessments → ausführliche Beratung zum Krankheitsbild und zum Vertrag mit Hinweis auf die Evaluation und anschließender Einschreibung in den Vertrag (Original an PoCo-Zentrum: Post-COVID-Zentrum UKJ, Sek. Prof.

	<p>Stallmach, Am Klinikum 1, 07747 Jena)</p> <p>3. Patienteninformatio<u>n</u> über Starterpaket zu telemedizinischen Interventionen Das Starterpaket enthält: SF36-Fragebogen, Meldebogen und Patientenselbstauskunft (Anhang 1 zu Anlage 1) sowie die Patienteninformatio<u>n</u> und – Einwilligungserklärung in das Projekt (Anlage 4c)</p> <p>4. bei Vorhandensein von Red Flags (gemäß aktuell gültiger Leitlinie) → Überweisung bevorzugt zu/m projektbeteiligten, symptombezogen geeigneten Fachärzten/Facharzt mit Kennzeichnung der Überweisung „WATCH“</p>	<p>Stallmach, Am Klinikum 1, 07747 Jena)</p> <p>3. Patienteninformatio<u>n</u> über Starterpaket zu telemedizinischen Interventionen Das Starterpaket enthält: SF36-Fragebogen, Meldebogen und Patientenselbstauskunft (Anhang 1 zu Anlage 1) sowie die Patienteninformatio<u>n</u> und – Einwilligungserklärung in das Projekt (Anlage 4c)</p> <p>4. bei Vorhandensein von Red Flags (gemäß aktuell gültiger Leitlinie), sofern bisher noch keine Abklärung durch geeignete Fachärzte erfolgte → Überweisung bevorzugt zu/m projektbeteiligten, symptombezogen geeigneten Fachärzten/Facharzt mit Kennzeichnung der Überweisung „WATCH“</p>
<p>Leistungskomplex 2</p> <p>→ bei Patienten mit Neuinfektion ab Woche 11 abrechenbar</p> <p>→ bei Patienten mit diagnostiziertem Post-COVID-Syndrom sofort abrechenbar (wenn Auswertung SF36)</p>	<p>Leistungskomplex 2 beinhaltet die Erfüllung nachfolgender Punkte:</p> <p>Wiedervorstellung des Patienten mit anschließender Auswertung des SF36-Fragebogens (<u>dieser darf vom Patienten erst 1-2 Tage vor Wiedervorstellung selbstständig ausgefüllt werden!</u>) und ggf. erneute Beratung:</p> <p>Prüfung des zentralen Einschlusskriteriums (SF36 – PCS < 45 Punkte) mittels Eingabemaske https://redcap.zks.med.uni-jena.de/watch/:</p> <p>→ wenn erfüllt → Überleitung des Patienten an das PoCo-Zentrum mit Übermittlung der vorliegenden Befundunterlagen, des SF36-Fragebogens, der Patienteneinwilligung in das Projekt und des WATCH-Meldebogens an das PoCo-Zentrum datenschutzkonform → Archivierung aller Originalunterlagen in Patientenakte</p> <p>→ wenn nicht erfüllt (SF36 – PCS ≥ 45 Punkte) → Übermittlung der vorliegenden Befundunterlagen und des SF36-Fragebogens an das PoCo-Zentrum, <u>aber</u> keine Überleitung und keine Terminvermittlung für Interventionen</p>	<p>Leistungskomplex 2 beinhaltet die Erfüllung nachfolgender Punkte:</p> <p>Wiedervorstellung des Patienten mit anschließender Auswertung des SF36-Fragebogens (<u>dieser darf vom Patienten erst 1-2 Tage vor Wiedervorstellung selbstständig ausgefüllt werden!</u>) und ggf. erneute Beratung:</p> <p>Prüfung des zentralen Einschlusskriteriums (SF36 – PCS < 45 Punkte) mittels Eingabemaske https://redcap.zks.med.uni-jena.de/watch/:</p> <p>→ wenn erfüllt → Überleitung des Patienten an das PoCo-Zentrum mit Übermittlung der vorliegenden Befundunterlagen, des SF36-Fragebogens, der Patienteneinwilligung in das Projekt und des WATCH-Meldebogens an das PoCo-Zentrum datenschutzkonform → Archivierung aller Originalunterlagen in Patientenakte</p> <p>→ wenn nicht erfüllt (SF36 – PCS ≥ 45 Punkte) → Übermittlung der vorliegenden Befundunterlagen und des SF36-Fragebogens an das PoCo-Zentrum, <u>aber</u> keine Überleitung und keine Terminvermittlung für Interventionen</p>
<p>Rückmeldung des PoCo-Zentrums</p>	<p>Einteilung des Patienten in Frühinterventionsgruppe (Interventionen laufen von Woche I1-I13) oder Spätinterventionsgruppe (Interventionen laufen von Woche I14-I26) siehe Abb. 2</p>	

<p>Leistungskomplex 3</p> <p>ab Beginn der Intervention durch den PoCo-Bus (Wochen I-1bis I-13 oder I-14 bis I-26)</p> <p>Ende der Intervention in Woche I-13 (Frühinterventionsgruppe)</p> <p>oder</p> <p>Ende der Intervention in Woche I-26 (Spätinterventionsgruppe)</p>	<p>Leistungskomplex 3 beinhaltet die Erfüllung nachfolgender Punkte:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. fortlaufende Kommunikation und Motivation des Patienten bezüglich der Intervention/en (fakultativ als Zusatzleistung bei ohnehin stattfindenden Hausarztkonsultationen jeglicher Art) 2. obligate Konsultation zur externen Abschlussbeurteilung des Interventionserfolges mittels Abschlussbericht vom UKJ 3. anschließende Dokumentation im Abschlussbogen gemäß Anhang 2 zu Anlage 1 und Übermittlung an PoCo-Zentrum (datenschutzkonform) (fakultativ) 	<p>Leistungskomplex 3 beinhaltet die Erfüllung nachfolgender Punkte:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. fortlaufende Kommunikation und Motivation des Patienten bezüglich der Intervention/en (fakultativ als Zusatzleistung bei ohnehin stattfindenden Hausarztkonsultationen jeglicher Art) 2. obligate Konsultation zur externen Abschlussbeurteilung des Interventionserfolges mittels Abschlussbericht vom UKJ 3. anschließende Dokumentation im Abschlussbogen gemäß Anhang 2 zu Anlage 1 und Übermittlung an PoCo-Zentrum (datenschutzkonform) (fakultativ)
---	---	---

Nicht eingeschlossen ist die hausärztliche Grund- und Regelversorgung nach § 73 Abs. 2 SGB V.

II.2 Teilnahme Facharzt und fachärztliche Sonderleistungen

- Teilnahmeberechtigte Leistungserbringer gemäß § 2 Abs. 1 Buchstabe (b) des Vertrages sind:
 - Fachärzte für Innere Medizin und/oder Kardiologie,
 - Fachärzte für Innere Medizin und/oder Pneumologie,
 - Fachärzte für Neurologie oder Neurologie und Psychiatrie oder Psychiatrie,
 - Fachärzte für Nervenheilkunde,
 - Fachärzte für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie,
 - Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie,
 - Psychologische Psychotherapeuten,
 - Ärzte, die über eine Genehmigung zur Erbringung psychotherapeutischer Leistungen gemäß den entsprechenden Bestimmungen der jeweils aktuellen Psychotherapievereinbarung verfügen,
 - Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie (sofern sie Patienten über 18 Jahre betreuen, deren somatische Entwicklung nicht abgeschlossen ist) sowie
 - Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten (sofern sie Patienten über 18 Jahre betreuen, die das 21. Lebensjahr noch nicht vollendet haben),
deren Haupt- oder Nebenbetriebsstätte in Thüringen liegt und die die Anforderungen des Versorgungsvertrages erfüllen.
- verpflichtende Fortbildung (Kursteil 2) sowie Ausfüllen der Teilnahme- und Einwilligungserklärung (FA, Anlage 2b) zur Genehmigung bei der KVT.

Leistungskomplex: Differenzialdiagnostik (ab Woche 5 nach Infektion bzw. nach bereits bestätigter Post-COVID-Diagnose)

- Einhaltung der fachbezogenen Long-/Post-COVID-Leitlinie in der jeweils aktuellen Version,
- zeitnahe Terminvergabe für WATCH-Patienten und Übersendung der Befunde an den Hausarzt sowie Übersendung des Zweitberichtes per Brief direkt an das PoCo-Zentrum (Post-COVID-Zentrum UKJ, Sek. Prof. Stallmach, Am Klinikum 1, 07747 Jena),
- ausführliche Beratung des Patienten zum Krankheitsbild (bei Bedarf),
- Bewertung der projektspezifischen Interventionseignung des Patienten bzw. möglicher Kontraindikationen

Nicht eingeschlossen sind vertragsärztliche Leistungen der Diagnostik und Therapie sowie Arztberichte gemäß EBM.

III Ambulante Sonderleistungen des Universitätsklinikums Jena

Leistungserbringer:

- medizinische Fachangestellte/Gesundheits- und Krankenpfleger
- Ärzte in Weiterbildung und/oder Fachärzte für Innere Medizin, rehabilitative Medizin und Physiotherapie, Neurologie und Psychotherapie
- klinische Psychologen/Psychotherapeuten
- Sportwissenschaftler
- studentische Hilfskräfte

POST-COVID-Zentrum des Universitätsklinikums Jena

Lehrstuhl für Sportmedizin und Gesundheitsförderung der Friedrich-Schiller-Universität Jena

Post-COVID-Leistungskomplex 1: Organisation und Betreuung (Einschluss bis Woche 26)

- Bereitstellung des e-Learning für vertragsärztliche Projektteilnehmer
- Durchführung von projektbezogenen Online-Fortbildungen für teilnehmende Vertragsärzte
- Bereitstellung des PoCo-Busses mit Nebenkosten
- Sichtung aller Anmeldungen durch Hausärzte für das WATCH-Projekt
- Zusendung des Starterpaketes an Patienten, bestehend aus papierbasierter Version SF36-Fragebogen, WATCH-Meldebogen, Patientenselbstauskunft sowie der Einwilligung in das Projekt (Anhang 1 Anlage 1) und der Patienteninformation (Anlage 4c),
- Randomisierung in Frühinterventionsgruppe und Spätinterventionsgruppe
- Planung der Vorstellungstermine im PoCo-Bus inkl. Fahrplan und Kommunikation/Vereinbarung der Termine an den Patienten, Zusendung Infomappe „WATCH“
- Bereitstellung begleitendes digitales Kursbuch für die Patienten und WATCH-Homepage
- Auswertung der PoCo-Bus-Termine 1a, 2, 3 mit Erstellung eines Briefes an den Hausarzt (aus PoCo-Zentrum)

Post-COVID-Leistungskomplex 2: PoCo-Bus-Termin 1a zur Vorbereitung auf die Intervention (Woche 0)

- Projektbezogenes Neuropsychologisches Assessment (FAS, BFI, MoCA, Oxford+, SF36)
- Lungen-Elektroimpedanztomografie
- Assessment zur körperlichen Leistungsfähigkeit und Muskelkraft (Sit-to-Stand-Test, Handkraftmessung)
- Erhebung ausführlicher Anamnese mit besonderem Augenmerk auf COVID-Verlauf, Möglichkeit zum telemedizinischen Arztgespräch
- Bestimmung Vitalparameter, Blutentnahme

Post-COVID-Leistungskomplex 3: PoCo-Bus-Termin 1b zum Start der Interventionen über 12 Wochen (Woche 0 für Frühintervention sowie Woche 13 für Spätintervention)

- Einweisung in die Interventionskomponenten inkl. Installation der Apps im Bus
- ständige Verfügbarkeit eines Ansprechpartners für den Patienten während der Intervention in Notfällen oder bei Rückfragen zur Bereitschaftszeit
- während der Intervention 2-malige Rückmeldung an den Hausarzt
- Multimodale Intervention (Woche 1 bis 12 – Frühintervention sowie Woche 13 bis 24 – Spätintervention)

Brain: kognitives Training mittels spielartig aufgebauter App (Neuronation-App®) → Selbsttraining durch Patienten

Body: individuelles, belastungsgesteuertes telemedizinisch vermitteltes 4-Phasen-Modell zur Wiedererlangung der körperlichen Leistungsfähigkeit bei Umgang mit beanspruchungsbedingter Symptomexazerbation (Post Exertional Malaise PEM) und akuter

Belastungsintoleranz, basierend auf Wearable-Daten (Pulsatio-App®) und Webinaren/Podcasts zur Wissensvermittlung: 12 Wochen, 36 Einheiten á 15 min (3 mal 15 min pro Woche) inkl. 12 Webinare/Podcasts (wöchentlich/14-tägig):

- 3 Komponenten: 1) Atemregulationstraining, 2) aerobe Fitness, sensomotorische und muskuläre Aktivierung, 3) Entspannungstechniken sowie Yoga und Meditation
- Stellung eines Fitnessarmbandes oder vergleichbarem „Wearable“ bei Bedarf
- Post-COVID-spezifische Wissensvermittlung über begleitendes wöchentliches Webinar (Themen: Belastungsintoleranz, Fatigue, Herzfrequenz, Energiemanagement, Atemregulation); Datenspende-Blog, Datenspende-App

Soul: Videosprechstunde 1:1 mit psychologischem Psychotherapeuten (8 telemedizinische Einheiten á 30 Minuten)

- Vorgespräch
- Psychotherapeutische Anamnese
- Psychoedukation
- Vermittlung eines Bio-Psycho-Sozialen Krankheitsmodells
- Zusammenspiel mit individuellen Resilienzfaktoren
- Erarbeitung individueller Ressourcen und Plan zur Aktivierung
- Einführung in die Progressive Muskelrelaxation nach E. Jacobson
- Vermittlung eines Achtsamkeitskonzepts

Post-COVID-Leistungskomplex 4: PoCo-Bus-Termin 2 zur Beurteilung des Interventionserfolges (Woche 13)

- Projektbezogenes Neuropsychologisches Assessment (FAS, BFI, MoCA, Oxford+, SF36)
- Lungen-Elektroimpedanztomografie
- Assessment zur körperlichen Leistungsfähigkeit und Muskelkraft (Sit-to-Stand-Test, Handkraftmessung)
- Update Anamnese
- Bestimmung Vitalparameter, Blutentnahme

Post-COVID-Leistungskomplex 5: PoCo-Bus-Termin 3 zur Beurteilung des langfristigen Effekts der Frühintervention (Woche 25)

- Projektbezogenes Neuropsychologisches Assessment (FAS, BFI, MoCA, Oxford+, SF36)
- Lungen-Elektroimpedanztomografie
- Assessment zur körperlichen Leistungsfähigkeit und Muskelkraft (Sit-to-Stand-Test, Handkraftmessung)
- Update Anamnese, Möglichkeit zum telemedizinischen Arztgespräch
- Bestimmung Vitalparameter, Blutentnahme

Anhang 1: Starterpaket (mit SF-36-Fragebogen, WATCH-Meldebogen, Patientenselbstauskunft, Einwilligung in das Projekt)

Anhang 2: Abschlussbogen für Hausärzte