

Aargauer Zeitung

abo+ CORONA

Aargauer besiegt Long Covid dank eines alten Medikaments – nun will er anderen Betroffenen helfen

Der 22-jährige Luc Biland hat, unter anderem mithilfe eines Gebenstorfer Hausarztes, seine Long-Covid-Erkrankung überwunden. Eine wichtige Rolle spielte dabei ein fast vergessenes Medikament. Biland wünscht sich nun, dass dessen Wirkung durch wissenschaftliche Studien belegt wird.

Susanna Vanek

19.11.2024, 05.00 Uhr

abo+ **Exklusiv für Abonnenten**

Schätzungen des Bundesamts für Gesundheit (BAG) zufolge gibt es in der Schweiz zwischen 70'000 und 300'000 Long-Covid-Betroffene. Neben dem persönlichen Leid, das sich hinter den Zahlen verbirgt, gibt es auch wirtschaftliche Folgen für die Gesellschaft, weil benötigte Fachkräfte über längere Zeiträume arbeitsunfähig werden. Nach wie vor stecken sich Leute mit Corona an und leiden an den Folgen, [wie das Beispiel der Radsportlerin Marlen Reusser beweist](#). Viele Patientinnen und Patienten fühlen sich von den Ärzten und den Sozialversicherungen allein gelassen, da diese Stellen Mühe mit dem komplexen Krankheitsbild bekunden.



Luc Biland, Long-Covid-Patient aus Birmenstorf, ist geheilt. Geholfen hat ihm ein Medikament, das fast in Vergessenheit geraten war.

Bild: Valentin Hehli

Ein Betroffener von Long Covid war Luc Biland, ein junger Mann voller Tatendrang, mit vielen Plänen. Der 22-Jährige, der im Birmenstorfer Unternehmen ZT Fachmessen seiner Familie arbeitet, hatte soeben ein Studium begonnen. Long Covid bremste ihn während zweieinhalb Jahren brutal aus. Er litt unter einer starken Erschöpfung, phasenweise musste er den Grossteil des Tages schlafend verbringen. Manchmal ging es scheinbar wieder aufwärts, doch in der Folge verschlechterte sich sein Gesundheitszustand erneut, so dass er gar zusammenbrach.

Für Biland bedeutete jeder dieser Rückfälle einen weiteren Rückschlag in seinem Lebens- und Karriereplan. «Es fühlte sich an, als wäre ich lebendig begraben. Als wäre ich im Koma, aber gleichzeitig bei voller Wahrnehmung», berichtet er und fährt fort:

«Neben den physischen Beschwerden kam die Frustration über das mangelnde Verständnis für die Krankheit hinzu. Etwa, dass die Ärzte mir nicht zu helfen vermochten und Spezialisten wie jene der Immunologie-Abteilung des Universitätsspitals Zürich teilweise bis zu einem Jahr Wartezeit haben.»

Die persönliche Erfahrung, immer wieder mit der Krankheit und den vielfältigen Symptomen konfrontiert zu sein, ohne dass ihm jemand sagen konnte, warum, brachte ihn schliesslich dazu, selbst intensiv nach möglichen Behandlungsansätzen zu suchen. Dank seiner intensiven Beschäftigung mit dem Thema und dank dem Austausch mit vielen anderen Betroffenen stiess Biland auf wissenschaftliche Studien, die die unterschätzte Rolle des Epstein-Barr-Virus bei Long Covid thematisieren.

Eine oft übersehene Verbindung

Das Epstein-Barr-Virus (EBV) ist weit verbreitet; laut Schätzungen tragen rund 95 Prozent der Bevölkerung ab 30 Jahren das Virus in sich. Es gehört zur Familie der Herpesviren und bleibt nach dem ersten Kontakt ein Leben lang latent, also «schlummernd» im Körper. Die Erstinfektion äussert sich als Pfeiffer'sches Drüsenfieber, eine Erkrankung, bei der viele vor allem im Jugendalter unter einer lang anhaltenden Müdigkeit und Fieber kämpfen. Bei anderen verläuft die Erstinfektion jedoch symptomlos und bleibt daher unentdeckt. In der Regel ruht das Virus im Körper, doch unter bestimmten Umständen – etwa eine geschwächte Immunabwehr oder schwere Infektionen – kann es reaktiviert werden.

Neue Forschungsergebnisse, auf die Biland stiess, legen nahe, dass eine EBV-Reaktivierung eine zentrale Rolle bei der Entstehung und Aufrechterhaltung von Long-Covid-Symptomen spielen könnte. Laut mehreren Studien von internationalen Forschungsteams, die zwischen 60 und 70 Prozent der untersuchten Long-Covid-Fälle mit einer EBV-Reaktivierung in Verbindung bringen, könnte das Virus ein Schlüsselfaktor in diesem komplexen Krankheitsbild sein. Diese Erkenntnisse geben Grund zur Annahme, dass das Virus und seine Reaktivierung bei vielen Long-Covid-Patienten die Symptome verstärken und verlängern.

Dennoch ist das Bewusstsein dafür in der medizinischen Praxis noch nicht weit verbreitet, wie Biland festhält. «Die Standard-Tests, die viele Hausärzte verwenden, können keine Reaktivierung feststellen, sondern nur ungenaue Hinweise darauf liefern, oder eine Primärinfektion, also das Pfeiffer'sche Drüsenfieber, diagnostizieren.» Hier könnten spezifischere Tests wie die EBV-PCR-Analysen wertvolle Informationen liefern. «Sie werden jedoch häufig nicht standardmässig eingesetzt, auch wenn die PCR-Tests eigentlich für jede Hausarztpraxis problemlos zugänglich sind», so Biland.

Eine interessante «Nebenwirkung»

Bei Biland konnte tatsächlich eine EBV-Reaktivierung festgestellt werden. Aber was nun? Durch seine intensive Beschäftigung mit dem Thema sowie dank der Unterstützung seines Gebenstorfer Hausarztes und seiner Freundin, die ein Medizinstudium absolviert, stiess Biland

auf den Wirkstoff Cimetidin. Dieser, ursprünglich als Magensäureblocker entwickelt, zeigte in älteren Studien immunmodulatorische Effekte, die bei der Bekämpfung einer EBV-Reaktivierung hilfreich sein könnten. So berichtete der amerikanische Arzt Jeffrey A. Goldstein bereits 1986 von signifikanten Erfolgen mit Cimetidin bei chronischen EBV-Infektionen.

Während Cimetidin als Magensäureblocker heute durch neuere Medikamente ersetzt wurde, die diese immunmodulatorische Wirkung nicht besitzen, deuten Berichte darauf hin, dass seine Wirkung bei EBV-Reaktivierungen weiterhin vielversprechend ist. Cimetidin ist allerdings in der Schweiz nicht mehr im Handel erhältlich. Dies nicht wegen Nebenwirkungen, sondern eben, weil das Medikament als Magensäureblocker ersetzt wurde.

Durchbruch dank Selbstversuch

Aufgrund der Studien, die ihm Hoffnung machten, beschloss Biland, den Einsatz von Cimetidin als Selbstversuch zu testen. Dabei wurde er von seinem Hausarzt begleitet. Nachdem er am zweiten Tag der Einnahme unter grippeähnlichen Symptomen gelitten hatte, bemerkte Biland am fünften Tag der Einnahme eine signifikante Verbesserung seines Gesundheitszustandes. Er war endlich wieder arbeitsfähig! Insgesamt nahm er Cimetidin 15 Tage und blieb auch nach der Absetzung des Medikamentes gesund.

Diesen Erfolg erlebten auch andere Long-Covid-Betroffene aus seinem Umfeld, denen er von seinen Erfahrungen berichtet hatte. «Besonders hervorzuheben ist der Fall eines Arbeitskollegen, Joel Gisin, der unter einer unerklärlichen Erschöpfung litt. Auf meinem Rat hin liess er sich auf eine EBV-Reaktivierung testen. Tatsächlich konnte eine solche bei ihm festgestellt werden. Nach der Einnahme von Cimetidin verschwanden die Symptome.»

Luc Biland: «Es braucht Studien»

Für an Long Covid erkrankte Menschen gibt es nur wenige Anlaufstellen. «Die langen Wartezeiten in spezialisierten Kliniken und das geringe Wissen vieler Hausärzte über das Epstein-Barr-Virus und Long Covid lassen Betroffene oft allein», sagt Biland. Vereine wie «Long Covid Schweiz», der «Post-Vac-Verein» und «Detectebv.org» leisten wichtige Arbeit, um Betroffene zu vernetzen und zu informieren. Doch es brauche dringend eine bessere Aufklärung in der medizinischen Praxis.

«Die Erfahrung von Long-Covid-Betroffenen wie mir beweist, dass es durchaus therapeutische Möglichkeiten gibt – es fehlt jedoch an einem breiteren Wissen und an offiziellen Empfehlungen. Viele der Betroffenen geraten in eine finanzielle Notlage und erhalten keinerlei Unterstützung, da das Krankheitsbild noch nicht offiziell anerkannt wird», bemerkt Biland traurig. Er wünscht sich, dass sein Beispiel anderen Patientinnen und Patienten helfen könnte, indem EBV als potenzieller

Hauptfaktor für Long Covid mehr Beachtung geschenkt würde.

Sein Wunsch ist, dass künftig mehr Forschungsmittel für die Untersuchung von EBV-Reaktivierungen und deren Zusammenhang mit Long Covid bereitgestellt werden. Dafür engagiert er sich nun, indem er unzählige Mails an Ärzte und Gesundheitsbehörden geschrieben hat, um ihnen von seinem Therapieerfolg mit Cimetidin zu berichten und sie aufzurufen, in diese Richtung zu forschen. Biland schätzt, dass er schon 1500 Mails verschickt hat, bisher stiess er damit aber noch nicht auf Interesse.

Anlaufstellen für Betroffene von Long Covid



Long Covid Schweiz: ein Verein, der von Betroffenen gegründet wurde und Unterstützung sowie Informationen bietet (www.long-covid-info.ch).

Long Covid Kids Schweiz: fokussiert auf Kinder und Jugendliche mit Long Covid und deren Eltern (www.long-covid-info.ch/kids).

Post-Vac Schweiz: eine Organisation, die sich mit Nebenwirkungen nach Impfungen beschäftigt (www.postvac.ch).

Altea Netzwerk: eine Plattform für den Austausch rund um die Langzeitfolgen von Covid-19, die sich an Betroffene, Angehörige, Fachpersonen und Forschende richtet (www.altea-network.com).

Rafael: eine interaktive Informations- und Austauschplattform zu den Langzeitfolgen von Covid-19 (www.rafael-postcovid.ch).

Mehr zum Thema

CORONA

Seit mehr als drei Jahren angeschlagen: Andreas Glarner leidet an Long Covid und fühlt sich ständig müde

21.04.2024



abo+ CHRONISCH KRANK

Was gegen Long Covid hilft – und was die Ursache ist

29.06.2023



Für Sie empfohlen

Melden Sie sich an und erhalten Sie hier Ihre individuellen Leseempfehlungen.

Jetzt anmelden >



abo+ NEUSCHNEE

«Kaltfront erreicht uns mit Pauken und Trompeten»: Wo es am Mittwoch überall schneit

vor 4 Stunden



abo+ AARAU

Ab heute gilt das Fahrverbot auf der Kasinostrasse – und viele Fahrer begreifen es noch nicht



KANTONSPOLIZEI

«Werden dich nie vergessen»: Beliebter Polizeihund unerwartet verstorben



KLOSTER EINSIEDELN

Angriff auf die Schwarze Madonna in Einsiedeln: Jetzt ist ein Video aufgetaucht

vor 53 Minuten



abo+ HAUSKAUF

Wo Sie sich ein Einfamilienhaus leisten können – und wo es für eine Eigentumswohnung reicht

Copyright © Aargauer Zeitung. Alle Rechte vorbehalten. Eine Weiterverarbeitung, Wiederveröffentlichung oder dauerhafte Speicherung zu gewerblichen oder anderen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Erlaubnis von Aargauer Zeitung ist nicht gestattet.