

English	Romanian / Română
Signs and symptoms of long COVID There are many different signs and symptoms of long COVID. Your symptoms may change over time. The most common symptoms include: Breathing (respiratory symptoms) • breathlessness • cough Heart and circulation (cardiovascular symptoms) • chest tightness • chest pain • heartbeats that can become noticeable (palpitations)	Semne și simptome de COVID prelungit Există multe semne și simptome diferite de COVID prelungit. Simptomele dv. se pot schimba în timp. Cele mai frecvente simptome includ: Respirația (simptome respiratorii) • dificultate de respirație • tuse Inima și circulația (simptome cardiovasculare) • senzație de apăsare în piept • dureri toracice • bătaii ale inimii care pot fi sesizate (palpitații)

Brain (neurological symptoms) • 'brain fog', loss of concentration, or memory issues (cognitive impairment) • headache • broken sleep • pins and needles, and numbness (peripheral neuropathy symptoms) • dizziness • sudden confusion (delirium) particularly in older people • difficulties moving around (mobility impairment) • difficulty with or changes to your sight (visual disturbance) Digestive system (gastrointestinal symptoms) • abdominal pain • feeling sick (nausea)	Creierul (simptome neurologice) • „încetșarea creierului”, dificultate de concentrare sau tulburări de memorie (deficiență cognitivă) • durere de cap • somn întrerupt • înțepături și amorțeală (simptome de neuropatie periferică) • amețea • confuzie bruscă (delir), în special la persoanele în vârstă • dificultate de deplasare (afectarea mobilității) • vedere defectuoasă sau modificarea vederii (tulburări de vedere) Sistemul digestiv (simptome gastrointestinale) • durere abdominală • senzație de greață
---	---

- diarrhoea
- weight loss and reduced appetite

Joints and muscles (musculoskeletal symptoms)

- [muscle and joint pain](#)

Mental health (psychological/psychiatric symptoms)

- symptoms of [depression](#) for example low mood, poor sleep, lack of concentration and feeling helpless
- symptoms of [anxiety](#) for example feeling on edge, excessive worry and difficulties sleeping
- symptoms of post-traumatic stress disorder, especially in people with more severe coronavirus (COVID-19) symptoms that needed intensive care in hospital

Ear, nose and throat symptoms

- [loss of taste and/or smell](#)
- ringing in the ears (tinnitus)

- diaree
- pierdere în greutate și apetit redus

Articulațiile și mușchii (simptome musculo-scheletice)

- [dureri musculare și articulare](#)

Sănătatea psihică (simptome psihice/psihiatrice)

- simptome de [depresie](#), de exemplu, indispoziție, tulburări ale somnului, probleme de concentrare și senzație de neputință
- simptome de [anxietate](#), cum ar fi senzație de stres, îngrijorare excesivă și tulburări ale somnului
- simptome ale tulburării de stres post-traumatic, în special la persoanele cu simptome mai grave de coronavirus (COVID-19), care au avut nevoie de terapie intensivă în spital

Simptome la urechi, nas și gât

- earache
- sore throat
- dizziness

Skin (dermatological symptoms)

- skin rashes
- hair loss

Other general symptoms can include fatigue, fever and pain.

Some people with long COVID may have symptoms of [postural tachycardia syndrome \(PoTS\)](#) which may need further investigation. PoTS is an abnormal increase in heart rate that happens after standing up. Symptoms include light headedness, palpitations and fatigue.

- [pierderea gustului și/sau a mirosului](#)

- țiuit în urechi (tinitus)

- durere de ureche

- durere de gât

- amețeală

Pielea (simptome dermatologice)

- iritații ale pielii

- căderea părului

Alte simptome generale pot include oboseală, febră și dureri.

Unele persoane cu COVID prelungit pot avea simptome de [sindrom de tahicardie posturală \(PoTS\)](#), care ar putea necesita investigații suplimentare. PoTS este o creștere anormală a ritmului cardiac după ridicarea în picioare. Simptomele includ amețeală, palpitații și oboseală.

Managing your symptoms

Contact your GP practice if:

- you're worried about your symptoms
- your symptoms are getting worse

The team within your GP practice can provide advice.

[Further information about assessing your symptoms](#)

Further information about managing:

- [cough](#)
- [fatigue](#)
- [breathlessness](#)
- [muscle and joint pain](#)
- [sleep problems](#)
- [low mood and depression](#)

Gestionarea simptomelor dv.

Contactați cabinetul GP-ului dv. dacă:

- simptomele dv. vă îngrijorează
- simptomele dv. se agravează

Echipa din cadrul cabinetului GP-ului dv. vă poate oferi indicații.

[Informații suplimentare despre evaluarea simptomelor dv.](#)

Informații suplimentare despre gestionare:

- [tuse](#)
- [oboseală](#)
- [dificultate de respirație](#)
- [dureri musculare și articulare](#)
- [tulburări de somn](#)
- [indispoziție și depresie](#)

• anxiety • brain fog	• anxietate • dificultate de concentrare
Support available Chest Heart & Stroke Scotland's Advice Line nurses provide confidential advice, support and information to help people living with long COVID, or their family members. To contact the Advice Line nurses: • phone 0808 801 0899 (free from landlines and mobiles) • email adviceline@chss.org.uk • text NURSE to 66777	Asistență disponibilă Asistentele de la Advice Line (linia de asistență) de la Chest Heart & Stroke Scotland oferă confidențial indicații, sprijin și informații pentru a ajuta persoanele care suferă de COVID prelungit sau membrii familiilor acestora. Pentru a contacta asistentele de la Advice Line: • sunați la numărul 0808 801 0899 (gratuit de la telefoane fixe și mobile) • trimiteți un e-mail la adviceline@chss.org.uk • trimiteți mesajul NURSE la numărul 66777
For more information in Romanian go to www.nhsinform.scot/translations/languages/romanian	Pentru mai multe informații în limba română, accesați www.nhsinform.scot/translations/languages/romanian

January 2022	6 ianuarie 2022
--------------	-----------------