

## YON TI LIMYÈ SOU COVID LONG:

### Enfòmasyon pou Anplwayè yo

#### ENTWODIKSYON

"COVID Long" (oswa "kondisyon apre Covid") ka gen yon enpak dramatik sou lavi kotidyen yon moun, ki gen ladan lavi pwofesyonèl li, epi anplwayè ki konprann enpak potansyèl sa a pral pi byen sipòte anplwaye sa yo, kidonk amelyore satisfaksyon travay yo, pwodiktivite ak retansyon pami yo.

#### 1. Kisa Covid Long ye?

Gen kèk moun ki ka fè eksperyans sentòm nouvo, ki retounen oswa ki kontinye apre yo fin pran Covid-19, [pafwa](#) semèn, mwa, oswa ane [apre](#) premye enfeksyon Covid-19 la. Sentòm sa yo kolektivman rele "Covid Long." Yo rapòte plis pase [200 sentòm](#) ki enplike plizyè sistèm kòporèl epi ki gen ladan sentòm sante mantal yo asosye ak Covid-19 alontèm. Kèk nan [sentòm](#) ki [pi souvan](#) rapòte yo se:

- Fatig oswa epuizman ase enpòtan pou afekte lavi chak jou
- Sentòm yo vin pi grav apre efò fizik oswa mantal ("malèz apre egzèsis")
- Difikilte pou panse oswa pou konsantre (pafwa yo rele "bwouya nan sèvo")
- Pwoblèm respiratwa, tankou difikilte pou respire, souf kout, tous oswa doulè nan pwatrin
- Tèt fè mal
- Pwoblèm dòmi
- Pwoblèm dijestif
- Depresyon oswa anksyete

#### 2. Ki jan nou ka prevni Covid Long?

Pi [bon](#) fason pou [prevni](#) Covid Long se evite konsekans sante grav ki ka lakòz enfeksyon oswa re-enfeksyon ak Covid-19. Anplwayè yo ka kontribiye; pa egzanp, yo ka [ankouraje](#) travayè yo [pou yo rete ajou](#) nan vaksen Covid-19 yo. [Anplwayè yo](#) kapab kenbe oswa amelyore kalite lè a pou satisfè nòm referans yo aksepte yo epi bay anplwaye sa yo mask pou sila yo ki prefere mete yon mask, sa ki ka [ede](#) diminye [ekspozisyon](#) ak Covid-19 (ansanm ak lòt enfeksyon respiratwa sezonye). Finalman, youn nan bagay ki pi enpòtan yon anplwayè ka fè se di anplwaye yo ke yon pwopòsyon enpòtan nan moun ki gen Covid-19 yo ka imedyatman fè eksperyans sentòm Covid Long, jan yo note pi ba a, epi ki pran mezi pou pwoteje tèt ou kont Covid -19 ka ede evite enpak Covid Long ki chanje lavi yo.

### 3. Ki jan yo trete Covid Long?

Tretman pou Covid Long konsantre sou [jesyon](#) sentòm yo. Kòm sentòm yo ka varye anpil ak afekte divès sistèm kòporèl, tretman an mande yon apwòch miltidisiplinè ak [pèsonalize](#). Anplwayè yo ta dwe konnen anplwaye ki retounen nan travay apre yo fin devlope Covid Long ka [toujou](#) ap resevwa tretman.

### 4. Konbyen moun Covid Long afekte?

Li difisil pou detèmine avèk presizyon konbyen moun ki ka gen Covid Long, akòz pakèt sentòm yo ak nati sibjektif yo ki souvan inyore oswa atribiye ak lòt kondisyon. Sepandan, dapre [Sondaj Nasyonal atravè Entèvyou sou Lasante](#) 2022 a, 6.9% nan adilt yo te fè eksperyans Covid Long ak 3.4% kounye a te gen Covid Long nan moman sondaj la. Sik Me 2024 [Sondaj Nasyonal pou Batman Kè Fanmi yo](#) te montre 30.6% nan adilt ki te deja gen Covid Long (18.1% nan adilt yo) [te fè genyen](#) sentòm alontèm nan kèk pwen, ak 10.1% (6% nan tout adilt yo) rapòte sentòm aktyèl yo nan moman sondaj la. Sa vle di ant [9 milyon](#) ak [15.4 milyon](#) adilt ta ka ap viv ak sentòm Covid Long kounye a. Menm jan an tou, yon etid NYSIF te jwenn apeprè 31% nan moun ki fè reklamasyon pou Covid-19 yo te devlope sentòm Covid Long, e yo rapòte 18% nan moun sa yo – 5% nan moun ki fè reklamasyon pou Covid-19 yo – pa t kapab retounen travay pou plis pase yon ane.

### 5. Ki jan Covid Long afekte lavi chak jou?

Dapre [Sondaj Nasyonal pou Batman kè Fanmi yo](#) Me 2024 ki endike anwo a, 80.4% adilt ki gen Covid Long kounye a rapòte yo [limite](#) nan aktivite kotidyen yo, epi 25.4% nan yo rapòte yo limite anpil. Kontrent sa yo jeneralman soti nan manifestasyon Covid Long tankou “[bwouya mantal](#)” ki ka gen enpak sou kapasite yon moun pou konsantre, oswa [malèz apre egzèsis](#) ki ta lakòz lòt sentòm [vin pi mal](#) pandan plizyè èdtan apre aktivite fizik oswa mantal, menm si efò yo te modere. Panèl NYSIF sou [Enpak Covid Long sou Mendèv la](#) ofri plis enfòmasyon sou defi kotidyen Covid Long yo.

### 6. Ki enpak Covid Long genyen sou mendèv ak ekonomi an?

[Etid](#) NYSIF la te jwenn anviwon 18% travayè ki gen Covid Long pa t retounen travay pou plis pase yon ane. Yon [sondaj](#) Urban Institute ki te fèt an 2022 rapòte 10% nan adilt ki gen Covid Long sispann travay epi yon lòt 5% redui kantite èdtan travay yo akòz sentòm yo. Yo te [estime](#) enpak jeneral Covid Long sou ekonomi ameriken an ak apeprè \$ 3.7 bilyon, sa ki enkli depans ki asosye ak kalite lavi redui, pèdi revni, ak ogmantasyon depans swen sante.

## **7. Èske Covid Long kouvri pa asirans konpansasyon travayè?**

Si yon anplwaye vin malad paske li te pran Covid-19 nan travay la epi yo aksepte reklamasyon li a, asirans [konpansasyon travayè anplwayè a](#) (oswa patwon an, nan ka anplwayè ki gen asirans pou pwòp tèt yo) kouvri depans pou swen sante ki nesèsè sou plan medikal, ansanm ak salè ranplasman si moun nan pa kapab travay. Nan New York, yon travayè ka pa kapab demontre egzakteman ki jan oswa ki lè li te ekspozé ak Covid-19, men founisè swen sante yo ka bay dokiman medikal sou dyagnostik la, ansanm ak detèminasyon founisè a ke dyagnostik la gen rapò ak travay moun nan. Li enpòtan pou ranpli yon reklamasyon konpansasyon, menm si travayè a parèt retabli byen vit apre premye enfeksyon an, nan ka sentòm alontèm yo devlope pita. [Komisyon Konpansasyon Travayè Eta New York la](#) bay enfòmasyon sou fason pou w fè yon reklamasyon.

## **8. Ki mezi akomodasyon (aranjman) yo ta ka ofri travayè ki gen COVID Long yo?**

Covid Long ka konstitye yon andikap dapre plizyè lwa, ki gen ladan, men pa nesèsèman limite ak sa sèlman, [Lwa federal 1990 meriken Andikape yo](#) ak [Lwa sou Dwa Moun Eta New York](#), pou anplwaye nan konpayi ki sijè ak lwa sa yo. Anplwayè yo ka elijib tou pou konje dapre [Lwa sou Konje pou Rezon Familyal ak Medikal](#). Menmsi lwa sa yo separe epi diferan ak dispozisyon lwa konpansasyon travayè Leta yo, epi dwa yon moun genyen pou akomodasyon (ak responsablite yon anplwayè pou bay yo) yo detèmine sou yon baz ka pa ka, [akomodasyon](#) posib pou anplwaye ki gen aktivite oswa nivo aktivite ki afekte ak Covid Long ka gen ladan:

- Pèmèt orè fleksib
- Pèmèt repo lè sa nesèsè
- Bay yon estasyon travay ki adapte ak bezwen anplwaye yo epi aktivite a

Gen plis enfòmasyon ki disponib nan men [Asistans pou Anplwayè ak Rezo Resous sou Enklizyon Andikap \("EARN"\)](#), [Rezo Akomodasyon pou Travay \("JAN"\) la](#), [Depatman Travay Ameriken an](#), ak panèl NYSIF sou [Enpak Covid Long sou Mendèv la](#).

## **9. Kijan anplwayè yo ka ede mounk ap bay swen yo ki afekte ak Covid Long?**

Anpil adilt k ap travay se moun k ap bay swen k ap bay youn oswa plizyè timoun sipò chak jou, granmoun aje, oswa moun ki andikape. Gen plizyè [fason](#) Anplwayè yo ka bay travayè sa yo sipò, tankou moun ki te vin yon moun k ap bay swen akòz Covid Long oswa ki te vin pi difisil pou bay swen akòz yo te enfekte ak Covid Long. Sipò yo enkli ofri règleman sou espas travay fleksib, bay enfòmasyon sou pwogram tankou [Konje Familyal Peyè Eta New York](#), epi montre resous tankou [Pòtal pou moun kap bay swen nan New York](#).

### 10. Ki lòt fason anplwayè yo kapab sipòte travayè ki gen Covid Long yo?

Anplwayè yo ka bay anplwaye ki gen Covid Long yo plis sipò pandan y ap amelyore rekritman, retansyon, ak satisfaksyon travay nan tout òganizasyon an lè yo [kreye](#) yon anviwònman travay [enklizif](#). Anplis, yo souvan rapòte Covid Long asosye ak sentòm sante mantal tankou anksyete ak depresyon, sa ki montre enpòtans yon kilti ki priyore byennèt mantal nan yon espas travay. Resous yo disponib nan [NYSIF](#), [Biwo Sante Mantal Eta New York la](#), ak [EARN](#). Patisipasyon anplwayè yo nan yon Pwogram Asistans Anplwaye ka itil.

## KONSÈNAN NOU

### Fon Asirans Eta New York la

NYSIF se pi gwo konpayi asirans konpansasyon travayè nan Eta New York la ak youn pami dis pi gwo konpayi asirans nan tout peyi a. NYSIF kouvri 2 milyon travayè epi asire 200,000 anplwayè nan Eta New York la. Misyon NYSIF se garanti disponiblite konpansasyon travayè yo, asirans andikap ak konje familyal nan pi ba pri posib pou anplwayè New York yo pandan l ap kenbe yon fon sòlvan. Depi kreyasyon li sa gen 110 lane, NYSIF te akonpli misyon sa a nan konpetisyon ak lòt konpayi asirans pou asire yon mache ekitab pandan y ap sèvi kòm yon sous garanti pou anplwayè ki pa ka jwenn pwoteksyon yon lòt kote. NYSIF fè efò pou l rive jwenn pi bon rezilta sante pou travayè ki blese yo epi pou l vin yon lidè nan sektè a nan pri, kalite, ak sèvis pou anplwayè New York yo. Pou plis enfòmasyon, vizite [nysif.com](https://nysif.com).

*Yo bay dokiman sa a pou rezon enfòmasyon oswa edikasyon sèlman epi li pa fèt pou ranplase konsèy legal yon pwofesyonèl oswa konsèy sante, dyagnostik oswa tretman. NYSIF pa pran okenn responsablite anrapò ak depandans sou kontni sa a.*