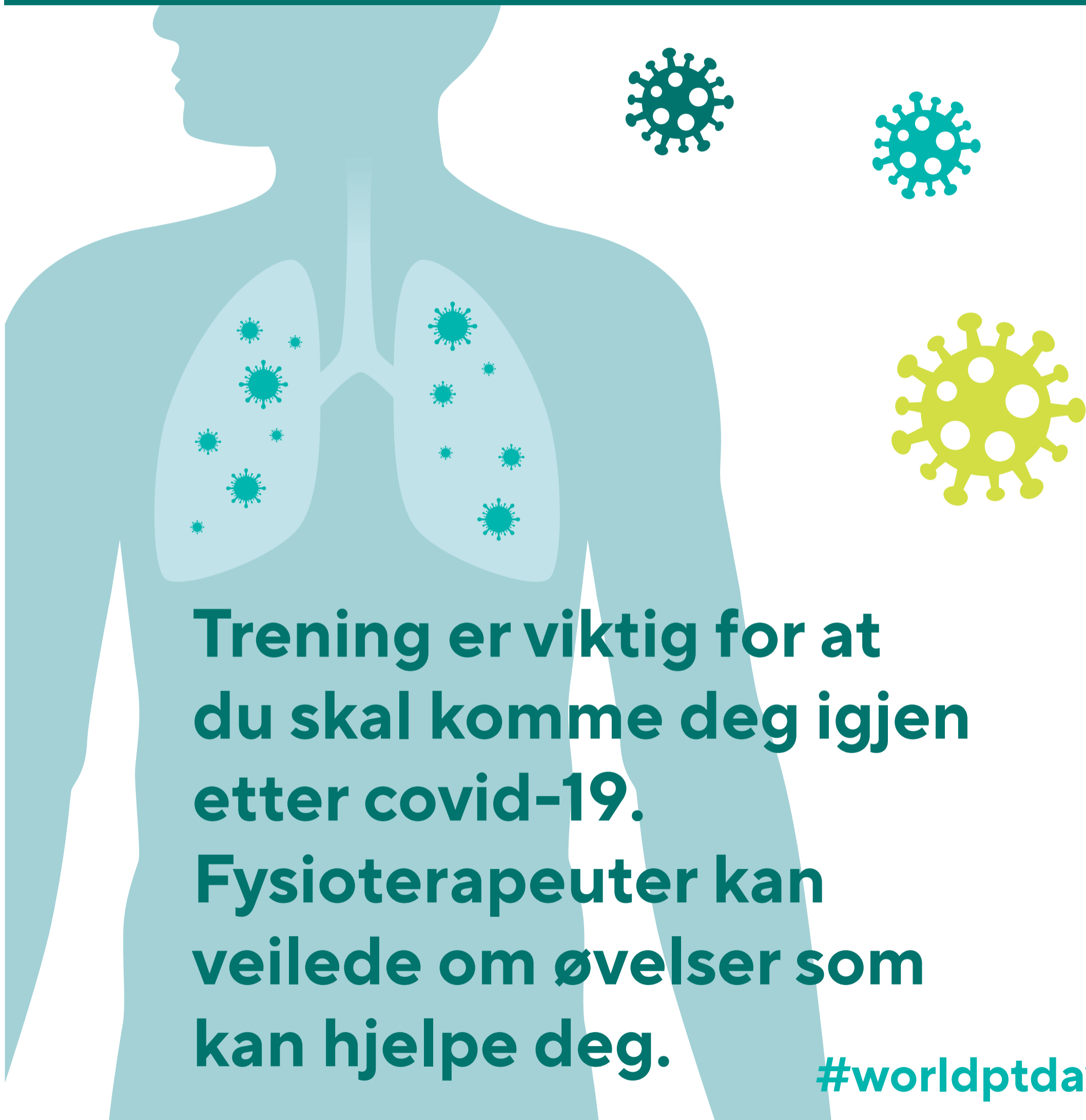


# Rehabilitering etter covid-19



World  
PT Day  
2020



**Trening er viktig for at  
du skal komme deg igjen  
etter covid-19.  
Fysioterapeuter kan  
veilede om øvelser som  
kan hjelpe deg.**

**#worldptday**

#### Utmattingssyndrom etter covid-19

Inntil 10 % av alle som har hatt covid-19, kan utvikle et utmattingssyndrom etter sykdommen. Hvis du synes at du ikke blir bedre, eller fysisk aktivitet gjør at du føler deg mye dårligere, kontakt fysioterapeuten eller fastlegen din og be dem vurdere om du kan ha et utmattingssyndrom. En slik tilstand krever ulike tilnæringsmåter i rehabiliteringen.



World  
Physiotherapy

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)