

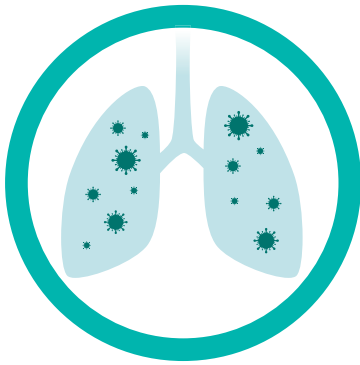


Rehabilitimi juaj pas sëmundjes së rëndë me COVID-19



Personat të cilët kanë pasur raste të rënda të COVID-19 do të kenë nevojë për rehabilitim për tu rikuperuar nga efektet e ventilimit / oksigjenit, imobilizimit të zgjatur dhe pushimit në shtrat.

Ata mund të vuajnë nga:



- **funksoni** i dëmtuar i **mushkërive**
- **dobësi** e rëndë e **muskujve**
- **shtangimi** i nyjeve
- lodhje
- kufizim në **lëvizshmëri** dhe aftësit për të realizuar aktivitetet ditore
- delirium dhe **dëmtime të tjera njohëse**
- vështirësi në **gëlltitje** dhe komunikim
- çrregullime të **shëndetit mendor** dhe nevoja për mbështetje psikosociale



Fizioterapia mund të luajë një rol të rëndësishëm në rehabilitimin e personave që kanë qenë të sëmurë rëndë me COVID-19 në një spital apo mjedis tjetër. Këta persona rrezikojnë të hasin kufizime (të rënda) fizike, emocionale, njohës dhe / ose funksionimi shoqëror.

Fizioterapeutët kanë rol vendimtarë në rehabilitimin e hershëm dhe të vazhdueshëm për njerëzit që shërohen nga COVID-19 i rëndë. Ata mund të ndihmojnë me:

Kërkon kohë për t'u rikuperuar nga një sëmundje e rëndë - fizioterapeuti do të jetë në gjendje t'ju drejtojë gjatë procesit dhe t'u jap përparësi qëllimeve që janë të rëndësishme për ju.

Ata do të punojnë si pjesë e ekipeve multidisiplinare për të mbështetur nevojat tuaja.

- **mobilizimi** i hershëm dhe të fillohet lëvizja përsëri
- **ushtrime** të thjeshta
- rikthimi në aktivitetet e **jetës së përditshme**
- **rikuperimi** i mushkërive
- menaxhimi i **frymëmzënies**
- përballimin e **lodhjes**
- gjetjen e ekuilibrit midis të qenit **aktiv** dhe **pushimit**



Një fizioterapeut mund t'ju ndihmojë në aftësinë tuaj për të ushtruar, për t'u përfshirë në aktivitetin fizik dhe kthimin tuaj në jetën e përditshme

Sindroma e lodhjes post-virale

Deri në 10% të personave që rikuperohen nga COVID-19 mund të zhvillojnë sindromën e lodhjes post virale (PVFS). Nëse mendoni se nuk po përmirësoheni, ose nëse aktiviteti po ju bën të ndjeheni shumë më keq, flisni me fizioterapeutin ose praktikuesin e kujdesit shëndetësor dhe kërkoni që ata t'ju vlerësojnë PVFS. Rehabilitimi i personave me PVFS kërkon strategji të ndryshme të menaxhimit.



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday