

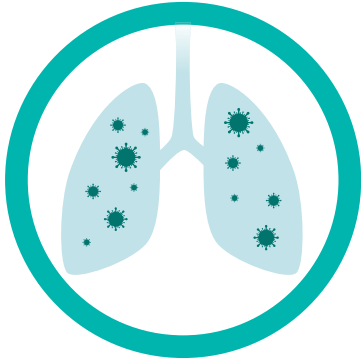


กายภาพบำบัด หลังการป่วยรุนแรงจากโควิด-19



World
PT Day
2020

ผู้ป่วยโควิด-19 ที่มีอาการรุนแรงจะต้องฟื้นฟูร่างกายที่ได้รับผลจากการใช้เครื่องช่วยหายใจ การให้ออกซิเจนเพื่อการรักษา การไม่ได้เคลื่อนไหวและนอนพักเป็นเวลานาน ผู้ป่วยอาจมีภาวะ



- กล้ามเนื้ออ่อนแรงอย่างมาก
- ข้อติด
- เหนื่อยล้า
- เคลื่อนไหวและทำกิจวัตรได้น้อยลง
- มีเมื่อยและความนึกคิดบกพร่อง
- กลืนและพูดลำบาก
- สุขภาพจิตบกพร่องและต้องการการดูแลทางจิตสังคม



นักกายภาพบำบัดมีบทบาทสำคัญในการฟื้นฟูสภาพคนที่ป่วยหนักจาก โควิด-19 ในโรงพยาบาล คนเหล่านี้มีความเสี่ยงที่จะ มีปัญหาสุขภาพกาย อารมณ์ การนึกคิด และสังคม

นักกายภาพบำบัดสำคัญมากทั้งในช่วงแรกของการป่วย และการฟื้นฟูที่ต่อเนื่องเพื่อให้ผู้ป่วยฟื้นตัวจากอาการโควิด-19 ที่รุนแรง นักกายภาพบำบัดสามารถช่วยผู้ป่วยได้ โดย

การฟื้นตัวจากอาการป่วยหนัก
ใช้เวลานาน

นักกายภาพบำบัดจะทำงานร่วมกับ
ทีมสุขภาพเพื่อช่วยนำท่านให้หาย
จากอาการป่วยไปตามลำดับอย่าง
เหมาะสมสำหรับท่าน

- การช่วยเหลือให้ผู้ป่วยเคลื่อนไหวได้เร็วที่สุด
- การออกกำลังกายเบาๆ
- การกลับมาทำกิจวัตรประจำวันแบบเดิม
- การฟื้นฟูปอด
- การจัดการอาการหายใจลำบาก
- การจัดการความเหนื่อยล้า
- การหาสมดุลระหว่างการพักผ่อนและการทำกิจกรรมที่เหมาะสม



นักกายภาพบำบัดสามารถช่วยท่านฝึกเพิ่มสมรรถภาพกาย เพื่อให้กลับไปทำกิจกรรมและกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตัวเอง

กลุ่มอาการเหนื่อยล้าหลังติดเชื้อไวรัส

คนที่หายจากโควิด 19 ร้อยละ 10 อาจมีภาวะกลุ่มอาการเหนื่อยล้าหลังติดเชื้อไวรัส (postviral fatigue syndrome (PVFS)) หากท่านรู้สึกว่าร่างกายไม่ดีขึ้นหรือรู้สึกแย่ลงเมื่อทำกิจกรรมเคลื่อนไหวสอบถามนักกายภาพบำบัดหรือบุคลากรสุขภาพ เพื่อประเมินว่าท่านมีภาวะนี้หรือไม่ การฟื้นฟูสภาพผู้ที่ภาวะนี้แต่ละคนอาจต้องการวิธีการรักษาที่แตกต่างกัน



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday