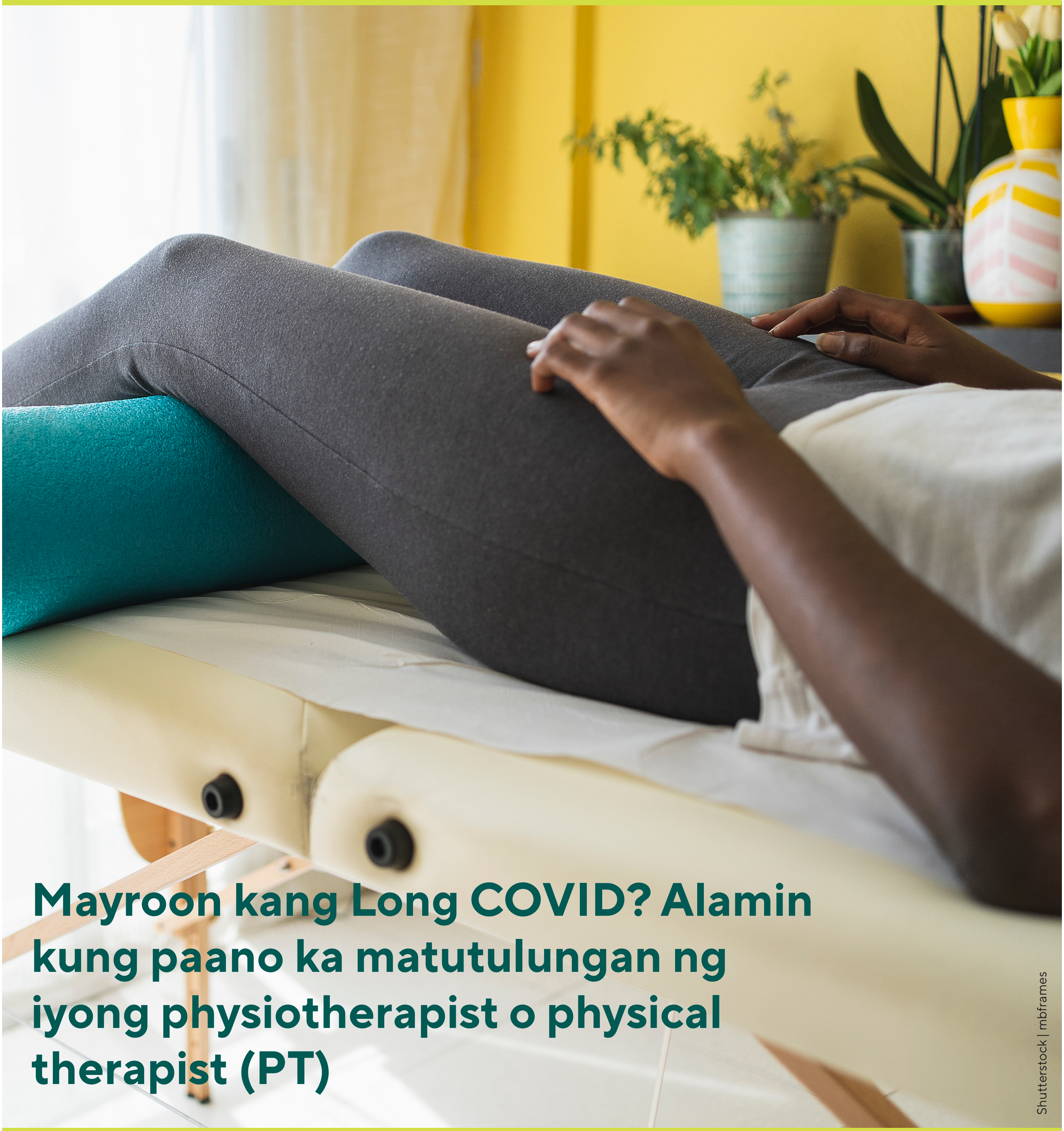
Ang Long COVID at rehabilitasyon

World PT Day 2021



Mayroon kang Long COVID? Alamin kung paano ka matutulungan ng iyong physiotherapist o physical therapist (PT)

Shutterstock | mbframes

Ang preskripsyon/reseta ng ehersisyo para sa Long COVID ay dapat ibigay nang may pag-iingat para mapababa ang peligro o panganib at upang ang programa ng ehersisyo ay manatili para makatulong mapanumbalik ang kalusugan at hindi palalain ang kondisyon at sintomas ng isang indibidwal. Ang rehabilitasyon ay may pakay na maiwasan ang pagbaba ng oxygen saturation habang kumikilos o gumagalaw. Ang physiotherapist o physical therapist (PT) na dalubhasa sa panghinga ay maaaring makatulong sa mga taong may hyperventilation at sakit sa breathing pattern (kondisyon sa paghinga). **Ang graded exercise therapy ay hindi dapat gamitin, lalo na kapag ang tao ay mayroong post-exertional symptom exacerbation o ang paglala ng sintomas pagkatapos ng pagkilos/paggalaw.**

World Physiotherapy

www.world.physio/wptday