



# Súlyos COVID-19 fertőzés utáni felépülése



Azoknak az embereknek, akik súlyos COVID-19-es fertőzésben szenvedtek, nagy valószínűséggel rehabilitációra lesz szükségük, hogy felépüljenek a légzéztámogatás/oxigénterápia, a hosszan tartó immobilizáció és az ágynyugalom hatásaiból. A következő panaszoktól szenvedhetnek:



- károsodott **tüdőfunkció**
- súlyos **izomgyengeség**
- ízületi **merevség**
- Fáradtság
- korlátozott **mobilitás** és a napi feladatok elvégzésére való képesség
- delírium és egyéb **kognitív károsodások**
- **nyelési** és kommunikációs nehézség
- **mentális egészség** zavara és pszichoszociális támogatási igények léphetnek fel



**A fizioterápia fontos szerepet játszhat azoknak a betegeknek a rehabilitációjában, akik kórházi vagy más környezetben súlyos COVID-19 betegségben szenvedtek. Ezek az emberek ki vannak téve fizikai-, érzelmi-, kognitív-, és/vagy szociális működés (súlyos) károsodásának.**

**A gyógytornászok munkája döntő fontosságú a súlyos COVID-19 fertőzésből gyógyuló emberek korai és folyamatos rehabilitációjában. Ők a következőkben segíthetnek:**

**Egy súlyos betegségből való felépüléshez idő kell – a gyógytornász képes lesz végig vezetni Önt a folyamaton és rangsorolja az Ön számára fontos célokat. A gyógytornászok különböző szakembereket magába foglaló csapat részeként fognak dolgozni, hogy támogassák az Ön igényeit.**

- a korai **mobilizáció** és a mozgás megkezdése
- egyszerű **gyakorlatok**
- visszatérés a **mindennapi életbe**
- tüdő **felépülése**
- **légszomj** kezelése
- **fáradtsággal** való megbirkózás
- egyensúly megtalálása a **pihenés** és az **aktivitás** között



**A gyógytornász segíthet Önnek a testmozgáshoz való képessége fejlesztésében, a testmozgás beépítésében a mindennapjaiba, valamint a mindennapi életbe való visszatéréshez.**

#### **Poszt-vírusos fáradtság szindróma**

A COVID-19-ből lábadozó emberek akár 10%-ánál is kialakulhat a poszt-vírusos fáradtság szindróma (PVFS). Ha úgy érzi, hogy nem javul állapota, vagy ha a tevékenység miatt sokkal rosszabbnak érzi magát, beszéljen gyógytornászával vagy egészségügyi szakemberével, és kérje meg őket, hogy vizsgálják meg PVFS-ra. A PVFS-ben szenvedők rehabilitációja eltérő kezelési stratégiákat igényel.



**World  
Physiotherapy**

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