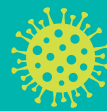


Pikaajaline COVID ja rehabilitatsioon



World
PT Day
2021



**Elu pikaajalise COVIDiga?
Uurige lähemalt, kuidas
teie füsioterapeut saab
teid aidata**

Shutterstock | Carlos Gutierrez

Pikaajalise COVIDi pödemisel peaks harjutusplaani koostades suhtuma hoolikusega riskide minimeerimisse ja tagada, et harjutuskava on taastav ega süvenda haige sümptomeid. Rehabilitatsiooni korral tuleb vältida hapniku desaturatsiooni pingutades. Hingamisteedele spetsialiseerunud füsioterapeut saab olla abiks, kui esineb märke hüperventilatsioonist ja ebakorrapärasest hingamisrütmist. **Astmelist treeningravi ei tohiks kasutada pingutusjärgse halva enesetunde (PEM) sümptomite ilmnemisel.**



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday