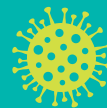


Long (langdurige) COVID en revalidatie



World
PT Day
2021



Shutterstock | Josu Ozkaritz

Leven met Long COVID? Dit is hoe jouw fysiotherapeut je kan helpen

Het voorschrijven van lichaamsbeweging bij Long COVID moet met zorg worden gedaan om het risico te minimaliseren, om te zorgen dat oefenprogramma's bijdragen aan jouw herstel en om jouw klachten niet te verergeren. Revalidatie moet voorkomen dat verlaging van het zuurstofgehalte in het bloed (desaturatie) tijdens of na inspanning optreedt. Een fysiotherapeut gespecialiseerd in longrevalidatie kan je helpen als je last hebt van hyperventilatie en stoornissen in je ademhaling.

Gedoseerde opbouwende oefentherapie mag niet worden gebruikt wanneer klachten na inspanning verergeren.



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday