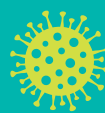


# Dlhodobý COVID a rehabilitácia



World  
PT Day  
2021



**Fyzioterapeut Vám môže  
pri dlhodobom COVID  
pomôcť zorganizovať Vaše  
aktivity, prostredníctvom  
stanovenia tempa činností  
a sledovanie pulzovej  
frekvencie**



Riadenie aktivity alebo tempo sú pravdepodobne bezpečným a efektívnym zásahom pri zvládaní únavy a zhoršovanie príznakov po námahe (PESE). Meranie pulzovej frekvencie bude pravdepodobne bezpečným a efektívnym príznakom pri zvládaní únavy a PESE.

**Stupňovanie záťaže pri cvičení by sa nemala používať, najmä ak je prítomné zhoršovanie príznakov po námahe.**



World  
Physiotherapy

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