



# लॉन्ग COVID और रिहैबिलिटेशन



World  
PT Day  
2021

लॉन्ग COVID के साथ रह रहे हैं? पता करें कि आपका फिजियोथेरेपिस्ट कैसे मदद कर सकता है।



Shutterstock | Unai Huizi Photography

जोखिम को कम करने के लिए और यह सुनिश्चित करने के लिए कि व्यायाम कार्यक्रम पुनर्स्थापनात्मक हैं और व्यक्ति के लक्षणों को बदतर नहीं बनाते हैं, लॉन्ग COVID में व्यायामका प्रिस्क्रिप्शन बनाना चाहिए। रिहैबिलिटेशन का उद्देश्य परिश्रम के दौरान ऑक्सीजन की कमी को रोकना होना चाहिए। एक विशेषज्ञ श्वसन फिजियोथेरेपिस्ट मदद कर सकता है जहां हाइपरवेंटिलेशन और श्वास पैटर्न विकारों के लक्षण हैं। ग्रेडेड एक्सरसाइज थेरेपी का इस्तेमाल नहीं किया जाना चाहिए, खासकर जब पोस्ट-एक्सर्सनल लक्षण एक्ससेर्बेशन /PESE मौजूद हो।



World  
Physiotherapy

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