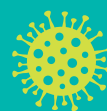


# Довготривалий COVID та реабілітація



World  
PT Day  
2021



**Фізичний терапевт допоможе  
вам урегулювати рівень активності  
при довготривалому COVID  
із контролем власного  
ритму діяльності  
та частоти серцебиття.**



Контроль за частотою серцебиття чи управлінням діяльністю та її ритмом є одним із безпечних та ефективних засобів боротьби з втомою та загостренням симптомів після навантаження (ЗСПН).

**Не використовуйте вправи, які передбачають дозування, особливо коли є поява задишки та загострення симптомів після навантаження.**



World  
Physiotherapy

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