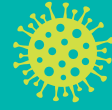


Endurhæfing og langvinn einkenni eftir COVID



World
PT Day
2021



Sjúkrapjálfarar aðstoða við að stilla álagi í hóf með álagsstjórnun og með því að fylgjast með hjartslætti



Að stilla álagi í hóf eða álagsstjórnun er örugg og árangursrík aðferð til að vinna með yfirgengilega þreytu og örmögnun eftir álag. Að fylgjast með hjartslætti er örugg og árangursrík aðferð til að vinna með yfirgengilega þreytu og örmögnun eftir álag.

Ekki ætti að nota stigvaxandi æfingameðferð í endurhæfingu langvinnra COVID einkenna, sér í lagi þegar eitt einkenna er örmögnun eftir álag.



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday