



Uw herstel na COVID-19 met ernstige klachten en beperkingen



Mensen die ernstige klachten hebben gehad door COVID-19, hebben revalidatie nodig om te herstellen van de effecten van beademing / zuurstofondersteuning, langdurige immobilisatie en bedrust. Ze hebben mogelijk last van:



- verminderde **longfunctie**
- ernstige **spierzwakte**
- **stijve** gewrichten
- **vermoeidheid**
- beperking in **mobiliteit** en ADL-vaardigheden
- delier en andere **cognitieve beperkingen**
- moeite met **slikken** en communiceren
- **mentale beperkingen** en psychosociale ondersteuningsbehoeften



Fysiotherapie kan een belangrijke rol spelen bij de revalidatie van mensen die ernstig ziek zijn geweest door COVID-19 in een ziekenhuis of andere setting. Deze mensen lopen het risico op (ernstige) beperkingen in fysiek, emotioneel, cognitief en / of sociaal functioneren.

Fysiotherapeuten zijn cruciaal bij vroege en latere revalidatie bij mensen die herstellen van ernstige COVID-19. Ze kunnen helpen met:

Het kost tijd om te herstellen van een ernstige ziekte - een fysiotherapeut kan u daarbij begeleiden en prioriteert de doelen die voor u belangrijk zijn. Ze werken als onderdeel van multiprofessionele teams om u in uw behoeften te ondersteunen

- vroege **mobilisatie** en weer in beweging komen
- eenvoudige **oefeningen**
- terugkeren naar de **dagelijkse activiteiten**
- **herstel** van longfunctie
- omgaan met **kortademigheid**
- omgaan met **vermoeidheid**
- de balans vinden tussen **actief zijn** en **rust nemen**



Een fysiotherapeut kan u helpen met uw vermogen om te trainen, het volhouden van lichamelijke activiteit en uw terugkeer naar het dagelijkse leven

Postviraal vermoeidheidssyndroom

Tot 10% van de mensen die herstellen van COVID-19 kunnen mogelijk postviraal vermoeidheidssyndroom ontwikkelen (PVFS). Als uw klachten niet verbeteren, of als u zich na activiteit veel slechter voelt, kunt u uw fysiotherapeut of zorgverlener benaderen om u te onderzoeken op PVFS. De revalidatie van mensen met PVFS vereist verschillende managementstrategieën.



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday