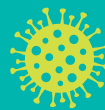


# Dlhodobý COVID a rehabilitácia



World  
PT Day  
2021



**Život s dlhodobým  
COVID? Zistite ako  
Vám môže  
fyzioterapeut pomôcť**

Shutterstock | Carlos Gutierrez

Pri odporúčaní na cvičenie pri dlhodobom COVID je postupovať opatrne, aby sa minimalizovalo riziko a aby sa zabezpečilo, že cvičebné programy budú regeneračné a nebudú zhoršovať príznaky ochorenia. Cieľom rehabilitácie by malo byť zabránenie znižovaniu saturácie kyslíka pri námahe. Fyzioterapeut špecialista na respiračnú fyzioterapiu vie poskytnúť pomoc v prípade príznakov hyperventilácie a porúch dýchania. **Stupňovanie záťaže pri cvičení by sa nemalo používať, najmä ak je prítomné zhoršovanie príznakov po námahe.**



World  
Physiotherapy

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