



Vaš oporavak nakon teške bolesti COVID-19



World
PT Day
2020

Osobama koje su imale teške slučajeve COVID-19 biće potrebna rehabilitacija da bi se oporavile od posledica primene veštačke ventilacije / kiseonika, dugotrajne imobilizacije i ležanja u krevetu. Mogu patiti od:



- oslabljene **plućne funkcije**
- teške **mišićne slabosti**
- **ukočenosti** zglobova
- umora
- ograničene **pokretljivosti** i sposobnosti obavljanja svakodnevnih aktivnosti
- delirijuma i drugih **kognitivnih oštećenja**
- poteškoća sa **gutanjem** i komunikacijom
- poremećaja **mentalnog zdravlja** i potrebe za psihosocijalnom podrškom



Fizioterapija igra važnu ulogu u rehabilitaciji ljudi koji su teško bolesni od COVID-19 u bolnici ili drugom okruženju. Ovi ljudi su u riziku da se suoče sa (teškim) ograničenjima u fizičkom, emocionalnom, kognitivnom i / ili socijalnom funkcionisanju.

Fizioterapeuti su od presudne važnosti za ranu i trajnu rehabilitaciju ljudi koji se oporavljaju od teških oblika COVID-19. Oni mogu pomoći u:

Potrebno je vreme da se oporavite od teške bolesti - fizioterapeuti će Vas voditi kroz taj proces i pomoći će Vam da odredite prioritete u ciljevima koji su Vam važni. Oni će raditi kao deo multiprofesionalnih timova kako bi podržali Vaše potrebe

- ranoj **mobilizaciji** i uspostavljanju ponovnog kretanja
- jednostavnim **vežbama**
- povratku **aktivnostima dnevnog života**
- **oporavku** pluća
- sprečavanju **gubitka daha**
- suočavanju sa **umorom**
- uspostavljanju ravnoteže između **aktivnosti** i **odmora**



Fizioterapeut će Vam pomoći da povećate Vašu sposobnost vežbanja, da uključite fizičku aktivnost i vratite se svakodnevnom životu

Sindrom post-virusnog umora

Do 10% ljudi koji se oporavljaju od COVID-19 može razviti sindrom post-virusnog umora (PVFS). Ako osećate da se ne poboljšavate ili ako fizička aktivnost čini da se osećate mnogo gore, prestanite sa vežbama i razgovarajte sa svojim fizioterapeutom ili zdravstvenim radnikom i zamolite ih da procene da li kod Vas postoji PVFS sindrom. Rehabilitacija osoba sa ovim sindromom zahteva drugačiji tretman.



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday