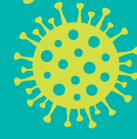
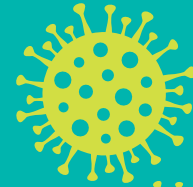


# ما هو كوفيد طويل الأمد ؟



World  
PT Day  
2021

تم تعريف كوفيد طويل الأمد مبدئياً باستمرار وجود العلامات و الأعراض التي تظهر خلال أو بعد الإصابة بعدوى كوفيد-19 لمدة تتراوح بين ٢١ أسبوع أو أكثر. عادةً يشار إليه بكوفيد-19 الحاد أو الحرج لمدة ٤ أسابيع و كوفيد-19 المستمر لمدة ما بين ٤ أسابيع إلى ٢١ أسبوعاً.



ما مدى انتشار و شيوع كوفيد  
طويل الأمد؟  
١ من أصل ١٠ حالات تظهر  
عليه الأعراض لمدة ٢١ أسبوعاً  
أو أكثر.

العديد من الأشخاص المصابين بالمرض كانوا يتمتعون بصحة و لياقة جيدة في السابق.



يعاني الأطفال من أعراض مماثلة لكوفيد طويل الأمد والتي يعانى منها البالغين و بنفس النسبة و التكرار.



يصيب كوفيد طويل الأمد الأشخاص الذين تم نقلهم للإقامة في المستشفى بسبب كوفيد-19 الحاد أو الحرج و كذلك الأشخاص الذين تعافوا منه في المنزل. يمكن للأشخاص الذين عانوا من أعراض طفيفة أو شديدة لكوفيد-19 أن يستمروا في المعاناة من أعراض طويلة المدى أو يتطور للإصابة بكوفيد طويل الأمد.

يعد كوفيد طويل الأمد مرضاً متعدد الأجهزة في الجسم حيث أن هناك أكثر من ٢٠٠ عرض مسجل والذي قد يظهر بشكل مزيج متباين قد يتأرجح بين العديد من الأمثلة المتوقعة و الغير متوقعة من النوبات و السكون.

من أكثر الأعراض شيوعاً بعد ٦ أشهر:

الارهاق الشديد (التعب)



تفاقم أعراض ما بعد الجهد

اضطرابات الذاكرة و التركيز (ضباب الدماغ)



الأعراض الشائعة الأخرى:

ضيق التنفس



ألم أو ضيق في الصدر



صعوبة النوم (الأرق)



خفقان القلب



الدوار



ألم العضلات



ألم المفاصل



الاكتئاب و القلق



طنين الأذن و ألم الأذن



الغثيان، الإسهال، آلام المعدة، فقدان الشهية.



ارتفاع درجة الحرارة، السعال، الصداع، احتقان



الحلق، تغيرات في حاسة الشم أو التذوق.



الطفح الجلدي.



لم يتم حتى الآن الإجماع على تعريف موحد و دولي لحالة كوفيد طويل الأمد، ولكن هناك أدلة متزايدة على كون كوفيد طويل الأمد شائعاً ومنهكاً.

بذلت محاولات عدة لتوصيف كوفيد طويل الأمد على أنه عاقبة بليغة و مستمرة و تشمل عدة أنظمة و أجهزة في الجسم.



World  
Physiotherapy

www.world.physio/wptday