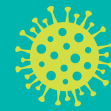


Рехабилитация и продължителен КОВИД



World
PT Day
2021

Какво е рехабилитация

Рехабилитацията се определя като набор от интервенции за оптимизиране на функционирането в ежедневните дейности, подпомагане на възстановяването или адаптирането на хората, за да се достигне пълния им потенциал, да се подобрят възможностите им за участие в образование, работа, отдих и извършване на дейности в различни житейски ситуации.



Безопасната и ефективна рехабилитация е основна част от възстановителния процес.

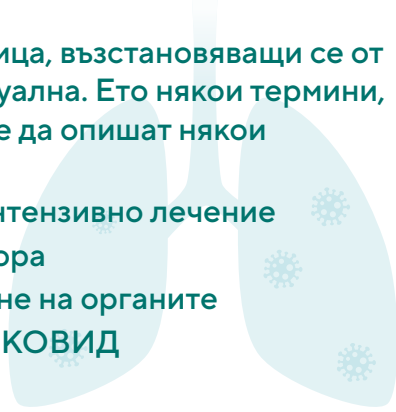
Рехабилитацията при продължителен КОВИД трябва да бъде индивидуална, в зависимост от симптомите, целите и предпочитанията.



Световната здравна организация препоръчва рехабилитацията при продължителен КОВИД да включва обучение за възстановяване на ежедневните дейности, с подходящо ниво на натоварване, което е безопасно спрямо енергоразхода и наличните симптоми, а натоварването не трябва да преминава определената степен на умора или да води до влошаване на оплакванията.

Рехабилитацията за лица, възстановяващи се от КОВИД-19, е индивидуална. Ето някои термини, които могат най-добре да опишат някои състояния:

- синдром след интензивно лечение
- следвирусна умора
- трайно увреждане на органите
- продължителен КОВИД



Независимо от симптомите, които изпитвате, физиотерапевтът ще подходи към вас индивидуално и ще изследва основната причина преди започване на лечението.

Ефективните рехабилитационни интервенции, подпомагащи самостоятелното контролиране на симптомите могат да включват:

- ниво на активност
- проследяване на сърдечната честота

За да отговори най-добре на вашите нужди, физиотерапевтът ще работи с други здравни специалисти като част от вашата програма за оценка и рехабилитация. Могат да се проведат различни тестове, за да се разбере и открие причината за симптоми като:



задых



примаяване



болка в гърдите



виене на свят



сърцебиене



ниска сатурация



умора



При предписването на упражнения при продължителен КОВИД се подхожда внимателно, за да се намали риска и за да се гарантира, че двигателната програма е възстановителна и не влошава симптомите. Рехабилитацията трябва да има за цел да предотврати намаляването на кислородното ниво при натоварване. Физиотерапевтът за дихателна рехабилитация може да помогне, когато има признаци на хипервентилация и нарушения на дишането. **Не се прилага прогресиращо увеличаване на натоварването при обостряне на симптомите (влошаване на състоянието) след физическо усилие.**



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday