දිගුකාලීන COVID තත්ත්වය යනු කුමක්ද?

World PT Day 2021

දිගුකාලීන COVID තත්ත්වය ලෙස මූලික වශයෙන් හඳුන්වනු ලබන්නේ, COVID-19 ආසාදනය වී පවතින කාලය අතරතුර හෝ ඉන් පසුව වර්ධනය වන රෝග ලක්ෂණ සති 12 ක් හෝ ඊට වැඩි කාලයක් අඛණ්ඩව පැවතීමයි.

සාමාන්‍යයෙන් මෙය සති 4 ක් දක්වා පවතී නම්, Acute COVID-19 ලෙසද, සහ සති 4 සිට 12 ක් දක්වා පවතී නම් Ongoing COVID-19 ලෙසද හඳුන්වනු ලැබේ.

දිගුකාලීන COVID තත්ත්වය කෙතරම් සුලබ ද?

සියලුම රෝග වාර්තා වීම් වලින් 1/10 ක ප්‍රමාණයක, රෝග ලක්ෂණ සති 12 ක් හෝ ඊට වැඩි කාලයක් පෙන්නුම් කරයි.

මෙම රෝගය සහිතව ජීවත් වන බොහෝ දෙනා මීට පෙර සෞඛ්‍ය සම්පන්නව සිටි අය වේ.

ළමුන් තුල පෙන්නුම් කරන දිගුකාලීන COVID රෝග ලක්ෂණ වල ස්වභාවය සහ ප්‍රබලත්වය වැඩිහිටියන්ගේ එම මට්ටම්වලට සමාන වේ.

Acute COVID-19 තත්ත්වය හේතුවෙන් රෝහල් ගත කර සිටි පුද්ගලයන් සහ නිවසේදීම සුවය ලැබූවන් සඳහා දිගුකාලීන COVID-19 තත්ත්වය බලපානු ලබයි. මධ්‍යස්ථ හෝ බරපතල COVID-19 තත්ත්වයන් අත්විඳි පුද්ගලයන්ට දිගුකාලීන රෝග ලක්ෂණ ඇති වීමකට හෝ දිගුකාලීන COVID තත්ත්වයක් බවට වර්ධනය වීමකට මුහුණ දීමට සිදු විය හැකිය.

දිගුකාලීන COVID තත්ත්වය යනු පද්ධති කිහිපයකට බලපානු ලබන රෝගී තත්ත්වයකි; එකවර ඇති විය හැකි ලැයිස්තුගත කරන ලද රෝග ලක්ෂණ 200 කට වඩා ඇති අතර, පූර්ව නිගමනයක් සිදු කල හැකි හා නොහැකි අයුරින් ඉහළ හා පහල යාමේ රටාවන් හි වෙනස්වීම් සිදු විය හැක.

මාස 6 කට පසුව ඇති වන වඩාත් බහුල රෝග ලක්ෂණ

- අධික වෙහෙස (තෙහෙට්ටුව)
- වෙහෙසකාරී ක්‍රියාකාරකම් වලින් පසු රෝග ලක්ෂණ උත්සන්න වීම (PESE)
- මතකය හා අවධානය සම්බන්ධ ගැටලු (Brain fog)

වෙනත් පොදු ලක්ෂණ

- හුස්ම හිරවීම
- පපුවේ වේදනාව සහ තද බව
- නිදාගැනීමේදී ඇතිවන අපහසුතා (නින්ද නොයාම)
- වේගවත්, අක්‍රමවත් හෘද ස්පන්දනය
- කරකැවිල්ල
- මාංශ පේශි වේදනාව
- සන්ධි වේදනාව
- මානසික අවපීඩනය හා කාංසාව
- කන් කුරු කුරු ගෑම, කනේ කැක්කුම
- අසනීප ගතිය, පාචනය, උදරාබාධ, ආහාර අරුචිය
- උෂ්ණත්වය වැඩි වීම, කැස්ස, ඔලුවේ කැක්කුම, උගුරේ වේදනාව, සුවඳ හෝ රසය පිළිබඳ සංවේදීතාව වෙනස් වීම
- දද /කුෂ්ඨ

දිගුකාලීන COVID තත්ත්වය සඳහා ජාත්‍යන්තරව පිළිගත් අර්ථ දැක්වීමකට තවමත් පැමිණ නොමැත. කෙසේ නමුත් දිගුකාලීන COVID තත්ත්වය සුලබ හා ශරීරය දුර්වල කරවන සුළු බවට සාක්ෂි ඇත. දිගුකාලීන COVID තත්ත්වය පද්ධති බොහොමයකට බලපාමින් හා සැලකිය යුතු ආබාධ ඇති කරමින් පවතින බව පෙන්වා දී ඇත.

World Physiotherapy

www.world.physio/wptday