



リハビリテーションと 新型コロナウイルス感染症の 後遺症



World
PT Day
2021

リハビリテーションとは？

リハビリテーションとは、日常生活における機能を最適化し、個人の回復や適応をサポートし、潜在能力を最大限に発揮させることで、教育、仕事、娯楽、有意義な役割への参加を可能にする一連の介入と定義されています。



安全で効果的なリハビリテーションは回復の基盤となります。新型コロナウイルス感染症の後遺症に対するリハビリテーションは、症状や目標、要望に応じて個人に合わせて行う必要があります。



世界保健機関は、新型コロナウイルス感染症の後遺症に対するリハビリテーションの指導法を提言しています。無理に努力をすると、倦怠感や症状が増悪します。現在の症状に応じて適切な活動ペースを自己管理でき、徐々に日常生活を再開できるよう指導するように勧めています。

新型コロナウイルス感染症後のリハビリテーションは人によって異なります。症状を最もよく表しているであろういくつかの用語を紹介します：

- ・集中治療後症候群
- ・ウイルス感染後疲労症候群
- ・恒久的な臓器障害
- ・新型コロナウイルス感染症の症状の長期化

症状に応じて、理学療法士は治療前に根本的な原因を探り、個人に適した治療を開始します。

自己管理できる症状に対するリハビリテーション：

- ・活動量の調整
- ・心拍数のモニタリング

個々の必要性に最大限応じるため、理学療法士はほかの医療従事者と連携して評価をし、リハビリテーションの治療計画を立てます。以下のような症状を理解し原因を明らかにするために、様々な検査が実施されることがあります：



呼吸困難



気が遠くなる、失神



胸の痛み



めまい



動悸



酸素飽和度低下



倦怠感



新型コロナウイルス感染症の後遺症に対する運動処方では、リスクを最小限に抑え、回復を促し、症状を悪化させないことに留意する必要があります。リハビリテーションでは、労作時に酸素飽和度が低下しないようにしなければなりません。過換気症候群や呼吸パターンの乱れの兆候がある場合は、呼吸の専門理学療法士が支援することができます。特に労作後の症状の悪化が見られる場合には、段階的理学療法は行わないでください。



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday