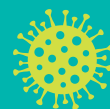


# Dolgotrajni COVID in rehabilitacija



World  
PT Day  
2021



**Živite z dolgotrajnim  
COVID-om? Tukaj  
izveste, kako vam lahko  
fizioterapevt pomaga.**

Shutterstock | Carlos Cutierrez

Predpisovanje vadbe pri dolgotrajnem COVID-u mora biti previdno, da kar se da zmanjšamo tveganje, da z vadbo ne poslabšamo posameznikovih simptomov in da z njo dosežemo zdravilne učinke. Rehabilitacija mora preprečiti zmanjšanje zasičenosti krvi s kisikom med naporom. Respiratorni fizioterapevt lahko pomaga pri posameznikih s hiperventilacijo in napačnimi vzorci dihanja. **Stopnjevanje terapevtske vadbe naj se ne bi uporabljalo, posebno kadar je prisoten simptom poslabšanja stanja po naporu.**



World  
Physiotherapy

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)