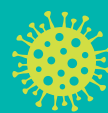


Рехабилитација и Long COVID



World
PT Day
2021

Што е рехабилитација?

Рехабилитацијата е дефинирана како збир на интервенции за оптимизирање на функционирањето во секојдневните активности, поддршка на поединците да се опорават или прилагодат, да го постигнат својот целосен потенцијал и да овозможат учество во образованието, работата, рекреацијата и значајните улоги во животот.



Безбедна и ефикасна рехабилитација е основен дел од закрепнувањето.

Рехабилитацијата при долг КОВИД мора да биде прилагодена на индивидуата, во зависност од нивните симптоми, цели и склоности.



Светската здравствена организација препорачува дека при рехабилитацијата на пациенти со симптоми на долг КОВИД треба да вклучи едукација на луѓето за продолжување на секојдневните активности конзервативно, со соодветно темпо што е безбедно и управувано според нивоата на енергија во границите на сегашните симптоми, и напорот не треба да се форсира до замор или влошување на симптомите.

Рехабилитацијата за лица кои се опоравуваат од КОВИД-19 е различна за секого. Еве неколку поими што најдобро можат да го опишат вашето искуство:

- синдром на пост-интензивна нега
- пост-вирусен замор
- трајно оштетување на органите
- долгорочен КОВИД



Без оглед на симптомите што ги чувствувате, вашиот физиотерапевт ќе ве третира како индивидуа и ќе ја запознае основната причина пред да започнете со третманот.

Со цел најдобро да ги задоволи вашите потреби, физиотерапевт ќе работи во координација со други здравствени работници како дел од вашата програма за проценка и рехабилитација. Треба да се спроведат различни видови на тестирања за да се разбере и открие причината за симптомите како што се:



задишаност



чувство на несвестица или несвестица



болка во градите



вртоглавица



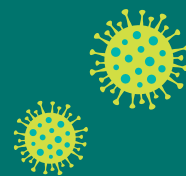
срцеви палпитации



ниска сатурација на кислород



замор



На препораката за вежби при долг КОВИД треба внимателно да се пристапи за да се минимизира ризикот и да се осигура дека програмите за вежбање се обновуваат и не ги влошуваат симптомите на индивидуата. Рехабилитацијата треба да има за цел да спречи пад на заситеноста на кислород при напор. Специјализиран респираторен физиотерапевт може да помогне таму каде што има знаци на хипервентилага и нарушувања на дишењето.

Не треба да се користи степенувана терапија за вежбање, особено кога е присутно егзацербација на симптомите пост-напор.



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday