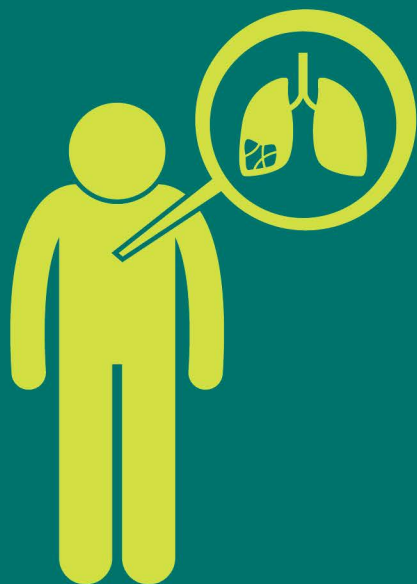


Pitkäkestoinen korona ja kuntoutus



World
PT Day
2021



hengenhädistus /
rintakipu

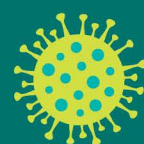
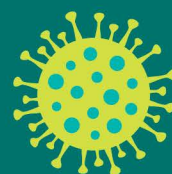
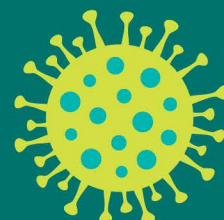


äärimmäinen uupumus /
rasituksen jälkeinen
oireiden paheneminen



muisti- ja keskittymis-
vaikeudet

**Pitkäkestoinen korona on
yksilöllinen sairaus.
Fysioterapeutti auttaa
sinua hallitsemaan
pitkäkestoisen koronan
oireita.**



Harjoittelu tulee suunnitella huolellisesti riskien minimoimiseksi. Harjoittelun aikana on varmistettava, että harjoitusohjelmat parantavat toimintakykyä eivätkä pahenna oireita. Kuntoutuksessa tulee varmistaa, että happisaturaatio ei laske liikaa rasituksen aikana. Hengitysfysioterapiaan erikoistunut fysioterapeutti voi auttaa jos kuntoutujalla on merkkejä hyperventilaatiosta tai poikkeava hengitystapa. **Ns. etenevää harjoitusterapiaa (GET) ei tule käyttää, erityisesti jos oireiden pahenemista esiintyy rasituksen jälkeen.**



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday