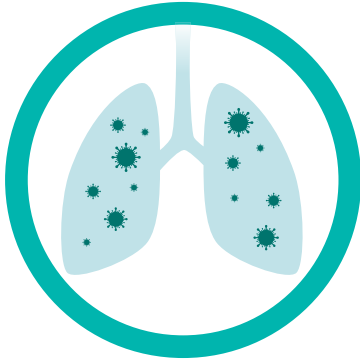




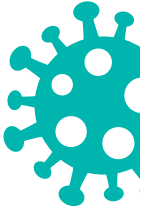
Ваше відновлення після важкої хвороби COVID-19



Люди, які мали важкі випадки COVID-19 потребують реабілітації для відновлення після вентеляції/ кисневої підтримки, тривалої іммобілізації та ліжкового режиму. Такі люди можуть страждати від:



- порушення **функції легень**
- сильної **слабкості м'язів**
- суглобової **скутості**
- **втоми**
- обмеження **мобільності** та можливості виконувати щоденні завдання
- делирія та інших **когнітивних розладів**
- важкості **ковтання** та спілкування
- порушення **прихічного здоров'я** та психосоціальної підтримки



Фізична терапія може відігравати ключову роль у реабілітації людей, які мали важке захворювання на COVID-19 та перебували у лікарні чи інших закладах. Ці люди ризикують зіткнутися з (великими) обмеженнями фізичного, емоційного, розумового та/або соціального функціонування

Фізичні терапевти мають вирішальне значення на ранніх та подальших етапах реабілітації для людей, які відновлюються від важкого COVID-19. Фізичні терапевти можуть допомогти з:

Потрібний час щобвилікуватись від важкої хвороби - фізичний терапевт може провести вас через процес одужання та визначити пріоритенті цілі, які для вас важливі. Вони можуть працювати у складі команд, щоб підтримати ваші потреби.

- ранньою **мобілізацією** та поверненням руху
- простими **вправами**
- поверненням до активності **повсякденного життя**
- **відновленням** функції легень
- менеджментом **задишки**
- подоланням **втоми**
- пошуку балансу між **активністю** та **відпочинком**



Фізичний терапевт може допомогти вам виконати вправи, які включені у вашу активність та повертають вас до повсякденного життя

Синдром після вірусної втоми

До 10 % людей, які відновились після COVID-19 можуть мати синдром після вірусної втоми (СПВВ). Якщо ви не відчуваєте покращення або якщо ваша активність погіршується, поговоріть з вашим фізичним терапевтом чи фахівцем охорони здоров'я і порадьте його оцінити ваш СПВВ. Реабілітація людей з СПВВ вимагає різного стратегічного менеджменту.



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday