



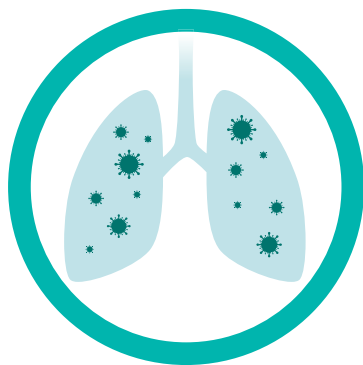
Recuperarea dumneavoastră în urma unui caz sever de COVID-19



World
PT Day
2020

Persoanele care au suferit cazuri severe de COVID-19 vor avea nevoie de reabilitare pentru a depăși efectele cauzate de aparatele de ventilat/oxigen, imobilizare prelungită și odihnă la pat.

Aceștia ar putea suferi de următoarele:



- afectarea **funcției pulmonare**
- **slăbiciune musculară** severă
- **rigiditatea** articulațiilor
- oboseală
- **mobilitate** și capacitate limitate de a îndeplini tasks sarcini cotidiene
- delir și alte **tulburări cognitive**
- dificultăți de **înghițire** și comunicare
- tulburări de **sănătate mentală** și de suport psihosocial



Fizioterapia poate juca un rol important în reabilitarea persoanelor care au suferit forme severe de COVID-19 într-un spital sau în alt cadru. Aceste persoane riscă să întâmpine limitări (severe) în funcționarea fizică, emoțională, cognitivă și / sau socială.

Fizioterapeuții sunt cruciali în reabilitarea timpurie și continuă pentru persoanele care se recuperează de COVID-19 severă. Ei pot ajuta cu următoarele:

Este nevoie de timp pentru a vă recupera după o boală severă - un fizioterapeut va putea să vă ghideze în timpul acestui proces și să acorde prioritate obiectivelor care sunt importante pentru dumneavoastră.

Ei vor face parte din echipele multiprofesionale pentru a vă sprijini.

- **mobilizarea** timpurie și recuperarea abilității de a face mișcare
- **exerciții** simple
- revenirea la activitățile din **viața de zi cu zi**
- **recuperare** pulmonară
- gestionarea **respirației**
- gestionarea **epuizării**
- găsirea echilibrului între **activitate** și **odihnă**



Un fizioterapeut vă poate ajuta cu abilitatea de a face exerciții fizice, de a încorpora activități fizice și de a vă întoarce la viața de zi cu zi.

Sindromul oboselii post-virale

Până la 10% dintre persoanele care se recuperează în urma COVID-19 pot dezvolta sindromul epuizării post-virale (SEPV). Dacă simțiți că reabilitarea merge greu iar activitatea fizică vă provoacă o stare de rău accentuată, discutați cu fizioterapeutul sau cu medicul de sănătate și rugați-i să vă evalueze SEPV. Reabilitarea persoanelor cu SEPV necesită strategii diferite de management.



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday