

Αποκατάσταση μετά από σοβαρή νόσο από SARS-CoV-2

Άτομα που είχαν σοβαρές επιπτώσεις από τον SARS-CoV-2 θα χρειαστούν αποκατάσταση για να ανακάμψουν από τα αποτελέσματα της υποστήριξης εξαερισμού / οξυγόνου, της παρατεταμένης ακινητοποίησης και της ανάπαυσης στο κρεβάτι. Μπορεί να υποφέρουν από:



- Επηρεασμένη πνευμονική λειτουργία
- Σοβαρή μυϊκή αδυναμία
- Δυσκαμψία των αρθρώσεων
- Κόπωση
- Περιορισμένη κινητικότητα και ικανότητα να κάνετε καθημερινές εργασίες
- Παραλήρημα και άλλες γνωστικές διαταραχές
- Δυσκολία στην κατάποση και στην επικοινωνία
- Διαταραχές ψυχικής υγείας και ανάγκη για ψυχοκοινωνική υποστήριξη



Η φυσικοθεραπεία μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στην αποκατάσταση ατόμων που είχαν νοσήσει σοβαρά από την COVID-19 λοίμωξη και είχαν νοσηλευτεί σε νοσοκομείο ή σε άλλο υγειονομικό ίδρυμα. Αυτοί οι άνθρωποι κινδυνεύουν να αντιμετωπίσουν (σοβαρούς) περιορισμούς στη σωματική, συναισθηματική, γνωστική και / ή κοινωνική λειτουργία.

Η φυσικοθεραπευτική παρέμβαση είναι ζωτικής σημασίας, στα αρχικά στάδια της αλλά και στην πορεία της αποκατάστασης, για άτομα που αναρρώνουν από σοβαρές επιπτώσεις της νόσου SARS-CoV-2. Οι φυσικοθεραπευτές μπορούν να βοηθήσουν:

Χρειάζεται χρόνος για να ανακάμψει από μια σοβαρή ασθένεια - ένας φυσικοθεραπευτής θα είναι σε θέση να σας καθοδηγήσει στη διαδικασία και να δώσει προτεραιότητα στους στόχους που είναι σημαντικοί για εσάς. Οι φυσικοθεραπευτές σε συνεργασία με άλλους επαγγελματίες υγείας μπορούν να υποστηρίξουν τις ανάγκες σας.

- Στην έγκαιρη κινητοποίηση και την επαναφορά της κινητικότητας
- Σε απλές ασκήσεις
- Στην επιστροφή στις δραστηριότητες της καθημερινής ζωής
- Στην ανάκτηση πνευμονικής λειτουργίας
- Στη διαχείριση της δύσπνοιας
- Στην αντιμετώπιση της κόπωσης
- Στην εύρεση της ισορροπίας μεταξύ άσκησης και ξεκούρασης



Ένας φυσικοθεραπευτής μπορεί να σας βοηθήσει στη βελτίωση της σωματικής δραστηριότητας, στην άσκηση και στην επιστροφή σας στην καθημερινότητα.

Σύνδρομο κόπωσης μετά τον ιό: Έως και το 10% των ατόμων που αναρρώνουν από το COVID-19 μπορεί να αναπτύξουν σύνδρομο μετα-ϊικής κόπωσης (PVFS). Εάν αισθάνεστε ότι δεν βελτιώνεστε ή εάν η άσκηση σας κάνει να αισθάνεστε πολύ χειρότερα, μιλήστε με τον φυσιοθεραπευτή σας ή τον ιατρό σας και ζητήστε του να σας αξιολογήσει για το PVFS. Η αποκατάσταση ατόμων με PVFS απαιτεί διαφορετικές στρατηγικές διαχείρισης.