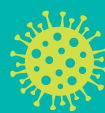


# Long COVID i rehabilitacja



World  
PT Day  
2021

## Zmagasz się z Long COVID? Dowiedz się, jak fizjoterapeuta może Ci pomóc.



Shutterstock | Unai Huizi Photography

Należy ostrożnie podchodzić do zlecenia ćwiczeń w przypadku Long COVID, aby zminimalizować ryzyko oraz zapewnić regenerujący i nie pogarszający objawów program ćwiczeń. Rehabilitacja powinna mieć na celu zapobieganie desaturacji tlenu podczas wysiłku. Fizjoterapeuta oddechowy może pomóc w przypadku objawów hiperwentylacji i zaburzeń rytmu oddychania. **Nie należy stosować terapii opartej na stopniowanej intensywności ćwiczeń, szczególnie w przypadku powysiłkowego zaostrzenia objawów.**



World  
Physiotherapy

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)