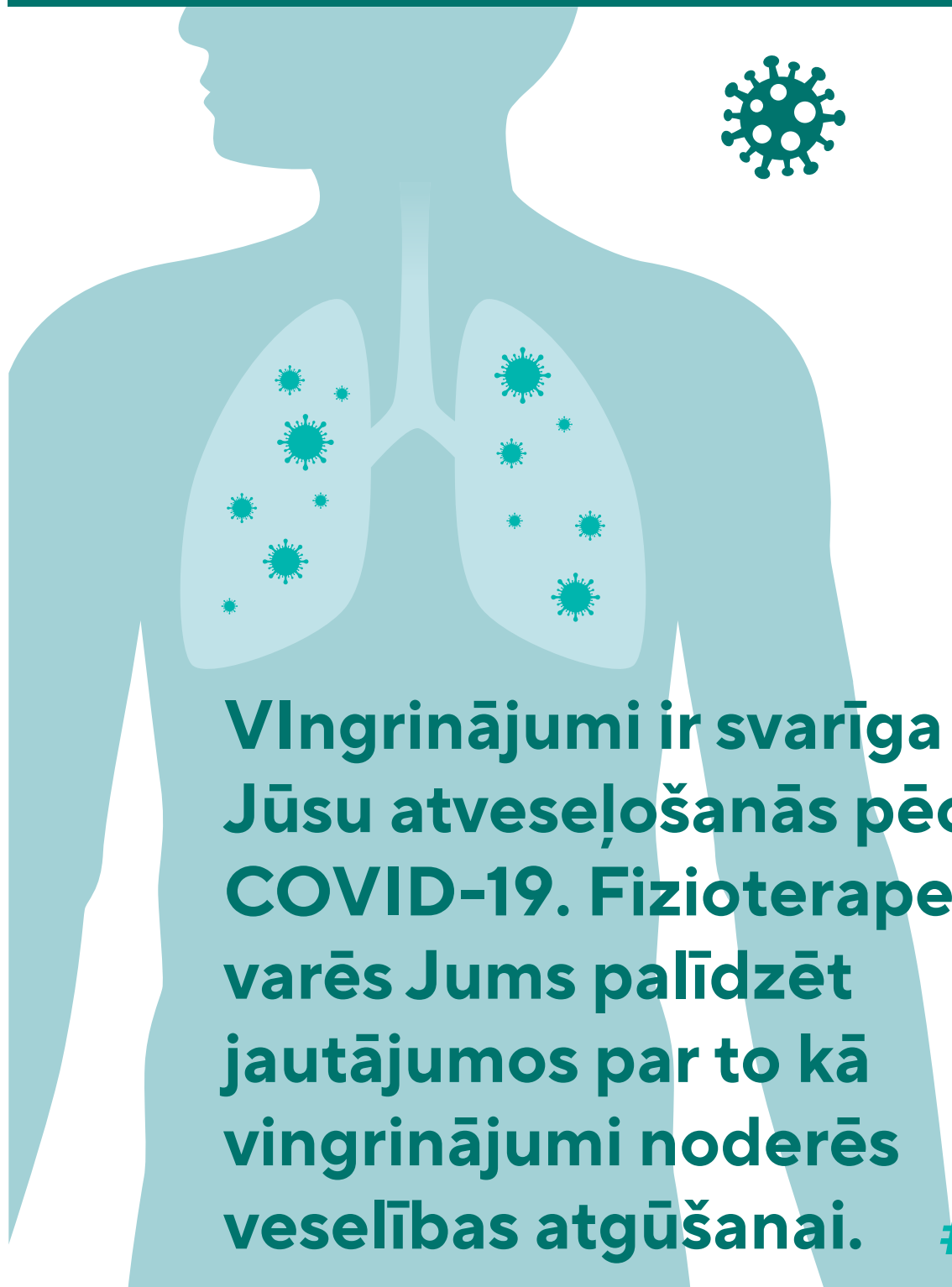


# Rehabilitācija pēc COVID-19



World  
PT Day  
2020



**Vingrinājumi ir svarīga daļa no  
Jūsu atveseļošanās pēc  
COVID-19. Fizioterapeits  
varēs Jums palīdzēt  
jautājumos par to kā  
vingrinājumi noderēs  
veselības atgūšanai.**

**#worldptday**

#### **Pēc-vīrusa noguruma sindroms (PVNS)**

Līdz 10% cilvēku, kas atgūstas no COVID-19, var attīstīties pēc-vīrusa noguruma sindroms (PVNS). Ja Jūs jūtat, ka veselība neuzlabojas, vai ja fiziskas aktivitātes Jums liek justies daudz sliktāk, pārrunājiet to ar savu fizioterapeitu vai ģimenes ārstu un aiciniet, lai viņš izvērtē, vai Jums nav PVNS. Cilvēku ar PVNS rehabilitācijai nepieciešamas atšķirīgas stratēģijas.



**World  
Physiotherapy**

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