

Portal Województwa Lubuskiego



Rusza rehabilitacja dla osób po przebytych COVID-19



Kategoria - Koronawirus

Data publikacji -17 lutego 2021 godz. 11:02

W marcu br. uruchomiona zostanie rehabilitacja po-covidowa w Lubuskim Centrum Pulmonologii w Torzysiu.

- Pandemia **COVID-19** to ogromne wyzwanie dla całej służby zdrowia. Poza bieżącymi działaniami, mającymi na celu ograniczenie rozprzestrzeniania się koronawirusa, ważna jest również pomoc dla osób, które przebyły już tę chorobę i

borykają się z jej uciążliwymi skutkami. Dlatego tak istotna jest **rehabilitacja pacjentów z problemami ze strony układu oddechowego** – mówi marszałek **Elżbieta Anna Polak**.

Pacjenci z ciężką i bardzo ciężką postacią choroby stanowią ok. 20 proc. wszystkich zdiagnozowanych przypadków. Mają zaburzenia czynności układu oddechowego oraz problemy z kończynami po zakończeniu hospitalizacji. **Pacjenci po przebytych COVID-19** mogą charakteryzować się następującymi objawami:

- zła kondycja fizyczna,
- duszności po aktywności fizycznej,
- problemy w prawidłowym funkcjonowaniu w społeczeństwie,
- zaburzenia psychiczne, takie jak zespół stresu pourazowego.

Do celów głównych fizjoterapii oddechowej prowadzonej u pacjentów dorosłych po przebytej infekcji **COVID-19** zaliczamy:

- zapobieganie następstwom i powikłaniom niewydolności oddechowej oraz unieruchomienia pacjenta;
- leczenie powikłań, a także zaburzeń oddechowych i czynnościowych powstałych u pacjenta;
- przywrócenie sprawności pacjenta do poziomu sprzed choroby;
- poprawa jakości życia pacjenta.

Miejscowy klimat sprzyja rehabilitacji

Dla pacjentów, którzy przeszli COVID-19, **Lubuskie Centrum Pulmonologii w Torzymiu** realizuje rehabilitację w ramach prowadzonej w szpitalu rehabilitacji pulmonologicznej poszerzonej o zabiegi i ćwiczenia dostosowane do indywidualnych potrzeb pacjentów, którzy chorobę przechodzili bardzo różnie i różne odczuwają jej skutki.

Łącznie w zakresie rehabilitacji pulmonologicznej **szpital posiada 35 łóżek**, w obiekcie, zlokalizowanym w kompleksie leśno-parkowym, który wykorzystywany jest do prowadzenia w formie plenerowej ćwiczeń i zabiegów terapeutycznych. Sprzyja temu **mikroklimat rzeki Ilanki**, bardzo korzystny w leczeniu i rehabilitacji schorzeń pulmonologicznych.

Długość pobytu w ramach rehabilitacji stacjonarnej pulmonologicznej trwa **3 tygodnie**. Rehabilitacja może być powtarzana w odstępach np. półrocznych, w zależności od potrzeb pacjenta. Choroby płuc najczęściej są przewlekłe i wymagają stałego leczenia, w tym także rehabilitacji **minimum 1 raz w roku**.

Tak przebiega rehabilitacja pacjentów po przebytych COVID-19

Kompleksowa rehabilitacja pulmonologiczna pacjentów po przebytych COVID-19 w Lubuskim Centrum Pulmonologii w Torzymiu obejmuje:

1. Kwalifikację do rehabilitacji, którą przeprowadzamy na wykorzystywanych

obecnie modelach fizjoterapii oddechowej, po testach marszowych. Przedmiotowa rehabilitacja jest realizowana w zmodernizowanym w 2020 roku obiekcie, na oddziale rehabilitacji pulmonologicznej, który został wyposażony w sprzęt do kinezyterapii, fizykoterapii, treningów interwałowych oraz inhalatorium.

2. Trening fizyczny ogólnokondycyjny, aby odbudować siłę i wytrzymałość głównych grup mięśniowych, osłabionych unieruchomieniem będącym skutkiem choroby, zwiększyć wydolność układu krążenia i oddechowego. Zajęcia odbywają się indywidualnie i w grupach, w salach gimnastycznych (na sprzęcie rehabilitacyjnym: bieżnie, cykloergometry, siłownia) oraz w terenie leśnym wokół ośrodka (spacery, marsze, nordic walking – pod nadzorem fizjoterapeutów).
3. Fizjoterapię oddechową, w szczególności ćwiczenia oddechowe, nauka technik oddychania i właściwej pielęgnacji drzewa oskrzelowego, pozycje drenażowe, masaże i oklepywanie, techniki oczyszczania oskrzeli i efektywnego kaszlu. Fizjoterapia wspomagana jest zastosowaniem terapii manualnej oraz wybranych bodźców fizycznych np. laser, pole magnetyczne wysokiej intensywności.
4. Psychoterapia oraz techniki relaksacyjne nastawione na odprężenie psychofizyczne (trening autogenny, kontrola oddechu).
5. Edukacja w zakresie zdrowego stylu życia (eliminacja używek, utrzymania właściwej masy ciała, utrzymanie regularnej aktywności fizycznej).

Co zrobić, aby zostać przyjętym na oddział rehabilitacji pulmonologicznej

Warunkiem przyjęcia do oddziału rehabilitacji pulmonologicznej stacjonarnej jest:

- Uzyskanie skierowania na rehabilitację pulmonologiczną wystawionego przez lekarza:

- oddziału pulmonologicznego, gruźlicy i chorób płuc, chirurgii klatki piersiowej, kardiologii, laryngologii, chorób wewnętrznych, alergologii, onkologii,

- poradni gruźlicy i chorób płuc, rehabilitacji, alergologii, chirurgii klatki piersiowej, a następnie przesłanie do szpitala drogą mailową na adres:

w.włoczysiak@szpitaltorzym.pl bądź pocztą tradycyjną

lub

- Uzyskanie skierowania do poradni chorób płuc wystawionego przez lekarza rodzinnego, następnie przesłanie e-skierowania do szpitala drogą mailową na adres: r.rogowska@szpitaltorzym.pl bądź pocztą tradycyjną

Pielęgniarka koordynująca przyjęcia pacjentów: Ewa Góral, tel. 605 843 096

1 mln zł na realizację programu szczepień przeciwko grypie

Przypomnijmy, że Samorząd Województwa Lubuskiego wspiera nie tylko działania

związane w walką z **COVID-19**. W miniony poniedziałek (15 lutego) ruszył nabór samorządowych wniosków o dotację na realizację **programu szczepień przeciwko grypie dla seniorów 65+**. W budżecie województwa lubuskiego zapisano na ten cel **1 mln zł**.

- Przyjęliśmy w uchwale budżetowej środki w wysokości 1 mln zł na realizację programu szczepień przeciwko grypie dla seniorów 65+. Dziś startuje nabór dla samorządów chcących ten program realizować. Nabór potrwa do końca marca. Będziemy przeznaczać dotacje dla powiatów i gmin na poziomie 50 proc. Maksymalna wartość dotacji to 100 tys. zł. Szczepienia odbędą się oczywiście we właściwej porze. Nie ma w tym roku nic ważniejszego, niż szczepienia – powiedziała podczas sesji sejmiku, marszałek **Elżbieta Anna Polak**.

Tutaj przeczytasz, [kto i kiedy może ubiegać się o dotację na szczepienia przeciw grypie dla seniorów?](#)