Шарашидзе Ангеліна Георгіївна

**РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ З**

**КОРОНАВІРУСНОЮ ІНФЕКЦІЄЮ (COVID-2019)**

Харків, Україна

Харківський національний медичний університет

Кафедра спортивної, фізичної та реабілітаційної медицини, фізичної терапії, ерготерапії

Науковий керівник: к. мед. н., доцент Калюжка А. А.

Актуальність. COVID-19 - це висококонтагіозне інфекційне захворювання, що може спричиняти важкі та тривалі респіраторні, фізичні і психологічні розлади у хворих. Згідно з даними Всесвітньої організації охорони здоров’я станом на грудень 2020 року зареєстровано понад 75,5 млн підтверджених випадків COVID-2019, в Україні – 970 тис. випадків.

Частині госпіталізованих пацієнтів, у зв’язку з тяжким клінічним перебігом

захворювання, необхідне надання реабілітаційних заходів якомога раніше, адже чим довше пацієнт залишається прикованим до ліжка, тим більший ризик виникнення довготривалих ускладнень. Незважаючи на те, що потреба в даних щодо ефективних методів відновлення здоров’я хворих є високою, на даний час немає клінічно підтверджених та затверджених міжнародних рекомендацій щодо реабілітації хворих з COVID-2019.

Мета роботи. Проаналізувати сучасну літературу щодо реабілітації хворих з

COVID-2019 та виділити ключові рекомендації.

Матеріали та методи: У ході аналізу літератури були виділені наступні

рекомендації:

1. Проведення ранніх реабілітаційних втручань, починаючи з ліжка хворих, з

метою прискорення одужання і попередження розвитку полінейропатії та

міопатії. Реабілітація дихальної системи повинна проводитися після гострої фази захворювання.

2. Проведення ранньої мобілізації з метою якнайшвидшого відновлення м’язової сили та рухливості пацієнта. Мобілізація включає: часті зміни положення і виконання простих вправ в ліжку, зміна постави.

3. Проведення після виписки 6-тижневої програми дихальної реабілітації з

метою покращення функцій дихальної системи, якості життя та зниження рівня тривожності у пацієнтів похилого віку з COVID-19.

4. Проведення оцінки рівня потреби кисню в стані спокою та фізичних

навантажень перед випискою хворих с COVID-2019.

5. Виконання фізичних вправ низької/помірної інтенсивності вдома (ходьба,

швидка ходьба, біг підтюпцем, плавання тощо) у перші 6–8 тижнів після виписки з лікарні. Надалі збільшувати інтенсивність та тривалість фізичних вправ.

Висновки. Враховуючи достатньо високий відсоток госпіталізованих хворих з COVID-2019, постає питання необхідності розробки та втілення програми

реабілітації пацієнтів. Основною метою цієї програми має бути якнайшвидше

одужання хворих та повернення їх до суспільного життя як повноцінної одиниці соціуму.