



FUNKCIONALNI ISHOD PLUĆNE REHABILITACIJE KOD PACIJENATA SA POST COVID-19 SINDROM

RILOVIĆ ĐURAŠIN M.¹, Krstanović H.¹, Perak N.¹, Ćubić M.¹, Mikajević K.¹, Ivanović I.¹, Relata S.¹, Žura N.^{2,3}, Tajana J.¹

¹ KBC ZAGREB, Zagreb, Croatia
Klinika za plućne bolesti

² KBC ZAGREB, Zagreb, Croatia
Klinika za reumatske bolesti i rehabilitaciju

³ Zdravstveno veleučilište, Zagreb, Croatia
Katedra za fizioterapiju

Objective:

Sigurna i učinkovita rehabilitacija je temeljni dio oporavka nakon bolesti i može poboljšati funkciju kod osoba koje žive s onesposobljenjem. S obzirom da trenutno postoji manjak dokaza koji bi upravljali najboljom praksom za sigurnu i učinkovitu rehabilitaciju osoba koji žive s post COVID-om, kao i kliničku složenost post COVID-a, potreban je oprez pri propisivanju tjelesne aktivnosti kao rehabilitacijske intervencije. Svjetska zdravstvena organizacija (World Health Organization (WHO)) preporučuje da rehabilitacija post COVID-a treba uključivati edukaciju osoba o preuzimanju svakodnevnih aktivnosti s oprezom, uz prikladan ritam koji je siguran i podnošljiv u okviru granica trenutnih simptoma. Pretjerivanje ne bi trebalo ohrabrivati do točke zamora ili pogoršanja simptoma bilo za vrijeme ili u danima nakon naprezanja. Nacionalni institut za istraživanje zdravlja (the National



Institute of Health Research (NIHR)) predlaže “tjelesnu aktivnost prilagođenu simptomima”, pri čemu je potrebno kontinuirano praćenje i procjena simptoma za vrijeme i u danima nakon pojačane tjelesne aktivnosti, uz kontinuirano praćenje odgovora na bilo koju intervenciju tjelesne aktivnosti. Pristup usmjeren na osobu kod rehabilitacije post COVID-a zahtjeva prepoznavanje, vrednovanje i inkluziju pacijentovih iskustava kao sredstva personaliziranog tretmana. Naš program plućne rehabilitacije provodi se svakodnevno tijekom 3-4 tjedna. U svrhu procjene funkcionalne sposobnosti vježbanja i praćenja terapijske intervencije koristi se test opterećenja 6-minutni test hoda (*6-minute walk test* ili *6MWT*) i Test 'snage stiska šake' (*Handgrip strength test* - HGS), mjereni na početku i na kraju plućne rehabilitacije. Tijekom izvođenja 6MWT-a mjereni parametri su: hodna udaljenost (*6-minute walk distance 6MWD*), saturacija kisika, srčani ritam, krvni tlak, subjektivni osjećaj dispneje i umora. Naša iskustva pokazuju da je nakon plućne rehabilitacije povećana odhodana udaljenost, pad saturacije nakon provedenog 6MWT-a nakon plućne rehabilitacije se minimalno smanjuje. Subjektivni osjećaj zaduhe i umora je podjednak prije i nakon plućne rehabilitacije, dok je HGS nešto veći nakon provedene plućne rehabilitacije.

Ključne riječi: rehabilitacija, post COVID, tjelesna aktivnost