

Újabb kihívás a rehabilitációban: élet a COVID-19 után

Szabó Erzsébet¹, Petrovicz Edina²

1. Országos Orvosi Rehabilitációs Intézet 2. Dél-pesti Centrumkórház

100 év után ismét egy új pandemia

A SARS-CoV-2 vírus okozta pandemia óriási nyomást gyakorol a világ egészségügyi rendszerére. A betegek többségénél a fertőzés enyhe tüneteket okoz (81%), de a kisebb részénél nagyon súlyos következményekkel járhat. Különösen igaz ez a 65 év felettiekre és az egyéb társbetegségben szenvedőkre. A kórházi kezelést igénylő betegek kb. ¼-e szorul hosszabb intenzív osztályos kezelésre, gépi lélegeztetésre. Ennek leggyakoribb oka az akut légzési elégtelenség, (ARDS 32,8%), szepszis, szeptikus sokk, MOF.



Következmények, szövődmények

Nemcsak a súlyos esetekben fordulnak elő. Változó mértékű tüdő-szívkárosodás, memória-koncentráció zavarok, fokozott thrombosis készség, izom-izületi fájdalmak, krónikus fáradtság, szorongás, depresszió gyakran látható.

Az intenzív osztályon tartós lélegeztetésre szorul betegeknél még a vázizomzat vesztes, CIP¹, CIM², ROM beszűkülés is tovább rontja a beteg állapotát, kialakítva a postintensive care syndromának (PIC sy.) nevezett képet.

Már a lélegeztetés fázisában is jelen kell lenni a rehabilitációs szemléletnek, hogy a beteg pozicionálása, passzív átmozgatása meg tudja előzni a későbbi károsodások létrejöttét. Ha már nincs szükség lélegeztetésre, légzőtorna, nyújtó gyakorlatok, nyak, vállöv, légzőizmok felszabadítása, szalagos gyakorlatok, ágybicikli jön szóba. Ehhez természetesen elegendő létszámú jól képzett személyzet, ideális esetben komplex rehabilitációs team szükséges.

A COVID-19 kognitív, fizikai és pulmonális hatásai számosak és minden embert másképp érintenek. A beteg rehabilitációja a pontos állapotfelmérésen kell hogy alapuljon. A rehabilitációs cél és terv alapján személyre szabott terápia képes a funkciók lehetőség szerinti helyreállításában és az életminőség javításában jó eredményt elérni.

A súlyos állapotú betegek rehabilitációja gyakran elhúzódó. Kívánatos lenne a lakókörnyezeti rehabilitáció kiépítése, ami nemcsak csökkentené a felvételre várakozó betegek számát, de jobban tudná segíteni a beteg saját környezetébe való visszailleszkedést is. Figyelembe ajánlom a John Hopkins Egyetem betegeknek szóló mozgásprogram füzetét:

https://www.hopkinsmedicine.org/physical_medicine_rehabilitation/coronavirus-rehabilitation/_files/impact-of-covid-patient-recovery.pdf

Mozgásra javul a:

- Légzés
- Keringés
- Erőnlét
- Stressz tűrés
- Depresszió