



**TÜRKİYE FİZİKSEL TIP VE REHABİLİTASYON DERNEĞİ**  
**TÜRKİYE FİZİKSEL TIP VE REHABİLİTASYON UZMAN HEKİMLERİ DERNEĞİ**



## **COVID-19 SONRASI PULMONER REHABİLİTASYON**

COVID-19, hastaların solunumsal, fiziksel ve psikolojik işlev bozukluğuna yol açan oldukça bulaşıcı bir solunum yolu enfeksiyonu hastalığıdır. COVID-19'un tam olarak klinik özellikleri, tedavisi ve korunma yolları henüz belirlenmemiştir. Ancak her geçen gün deneyimler ve dolayısıyla da bilgi birikimi artmaktadır. Enfeksiyonu geçirmiş ve aktif hastalık dönemini atlatmış olan hastaların pulmoner rehabilitasyon yaklaşımına ihtiyaç duyacağı da önemli bir gerçektir.

Özellikle Çin'den elde edilen mevcut bilgiler ışığında meslektaşlarımıza bazı bilgileri sunmayı amaçladık. Aşağıdaki öneriler COVID-19'un pulmoner rehabilitasyonunda temel olarak kullanılabilir.

Pulmoner rehabilitasyonun başlıca amaçları:

1. COVID-19 geçiren hastalarda
  - Dispne semptomlarını azaltmak,
  - Fonksiyon kaybını azaltmak
  - Gelişebilecek komplikasyonları önlemek/ azaltmak
  - Fiziksel işlevi korumak/iyileştirmek
  - Kaygı ve depresyonu azaltmak
  - Nihai olarak yaşam kalitesini iyileştirmektir.
2. Ağır/ durumu kritik hastanede yatan hastalar için, erken dönemde pulmoner rehabilitasyon önerilmemektedir.
3. COVID-19 nedeniyle izole edilen hastalarda pulmoner rehabilitasyon yaklaşımı basılı, görsel eğitim materyalleri, eğitim videoları veya uzaktan konsültasyon yoluyla yapılmalıdır.
4. Değerlendirme ve monitörizasyon tüm pulmoner rehabilitasyon süreci boyunca yapılmalıdır.
5. Tüm süreçte T.C. Sağlık Bakanlığı, Dünya Sağlık Örgütü gibi otoritelerin sağlık mensuplarını koruma önlemlerine, yönergelerine uyulması önem taşımaktadır.



**TÜRKİYE FİZİKSEL TIP VE REHABİLİTASYON DERNEĞİ**  
**TÜRKİYE FİZİKSEL TIP VE REHABİLİTASYON UZMAN HEKİMLERİ DERNEĞİ**



## **KARDİYOPULMONER REHABİLİTASYON ÜNİTELERİNİN ÇALIŞMASI**

Kardiyopulmoner Rehabilitasyon Ünitelerinin çalışma prensipleri üzerine önerilerimiz ise aşağıda sıralanmıştır:

- Kardiyopulmoner rehabilitasyon hastalarında **solunum fonksiyon testleri (SFT) ve ergospiromerik egzersiz testi** uygulaması ile ilgili olarak her testten önce ve sonra ekipmanın tüm yüzeylerinin uygun bir antimikrobiyal dezenfektanla temizlendiği ve her hasta için özel ağızlık kullanıldığı sürece enfeksiyon riskinin düşük olduğu bilinmektedir. Ancak Covid-19 hastalığı hakkında tam bilgi bulunmadığından yüksek bulaşıcılık ve temas izolasyonu da gerektiren bir hastalık olduğu için **bu işlemlerin ertelenmesi** şu anki önerimizdir. Acil ve zorunlu görülen durumlarda da hastalar mutlaka, her şeyden önce, ateş, öksürük, nefes darlığı ve diğer yeni belirtilen (baş ağrısı, mide bulantısı, kusma, koku alamama vb.) gibi semptomlar açısından sorgulanmalıdır. Bu konudaki bilgi birikimi artıkça yeni güncellemeler bildirilecektir.
- Kardiyak ve pulmoner hastaların **rutin rehabilitasyon programı için başvuruları** ve randevuları ile ilgili olarak içinde bulunduğumuz dönemde, hastanın aciliyeti, hastalığının durumu, özel riskleri, komorbid durumlarının değerlendirilerek **randevularının düzenlenmesi, aciliyet durumu yoksa ertelenmesi** önerilir.
- Rutin takip randevuları için yeniden planlama ve aynı şekilde acil olmayan her durum için **önerilerin basılı, görsel materyal üzerinden eğitimlerle ev programı olarak verilmesi** uygundur.

### **Kaynaklar:**

1. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü COVID-19 Rehberi. [https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/Bulasici-hastaliklar-db/hastaliklar/2019\\_n\\_CoV/rehberler/COVID-19\\_RehberiV5-25Subat2020.pdf](https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/Bulasici-hastaliklar-db/hastaliklar/2019_n_CoV/rehberler/COVID-19_RehberiV5-25Subat2020.pdf)
2. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
3. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>
4. Zhonghua Jie He He Hu Xi Za Zhi. Recommendations for respiratory rehabilitation of COVID-19 in adult. 2020 Mar 3;43(0):E029. doi: 10.3760/cma.j.cn112147-20200228-00206. [Epub ahead of print]
5. <http://www.ttb.org.tr/kollar/COVID19/index.php>