



وبینار توانبخشی در بیماران COVID-19

مدت زمان	موضوع	سخنران
۳۰ دقیقه	مقدمه ای برای کرونا	دکتر محمدرضا اسدی استادیار گروه فیزیوتراپی
۳۰ دقیقه	مداخلات توانبخشی در درمان عوارض تنفسی بیماران کرونایی	دکتر سولماز رهبر استادیار گروه فیزیوتراپی
۳۰ دقیقه	مداخلات توانبخشی در درمان عوارض اسکلتی-عضلانی و نورولوژیکال بیماران کرونایی	دکتر آیلین طلیم خانی استادیار گروه فیزیوتراپی
۳۰ دقیقه	Telerehabilitation در توانبخشی بیماران کرونایی	دکتر حجت رادین مهر استادیار گروه فیزیوتراپی

دبیر علمی وبینار
دکتر محمدرضا اسدی

مقدمه ای برای کرونا (COVID-19)

دکتر محمدرضا اسدی

استادیار گروه فیزیوتراپی
دانشکده علوم توانبخشی
دانشگاه علوم پزشکی همدان

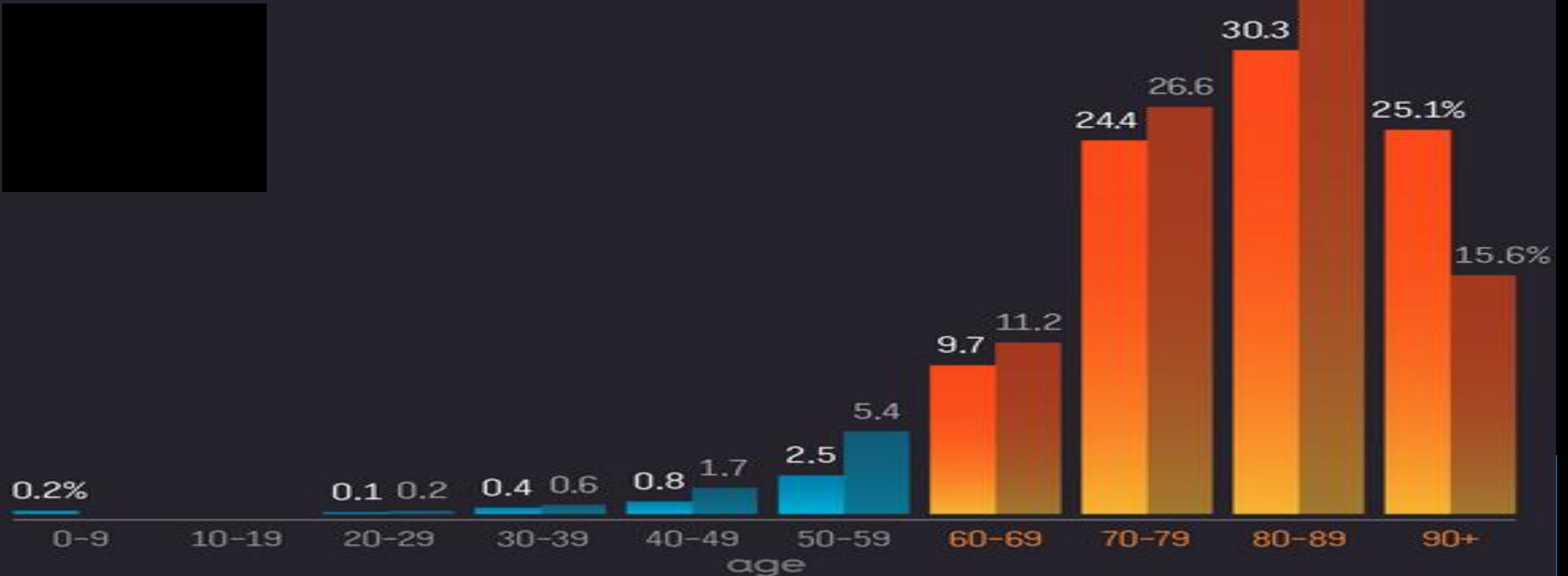
مقدمه

- ویروس‌های کرونا خانواده بزرگی از ویروس‌ها هستند که می‌توانند حیوانات و انسان‌ها را بیمار کنند.
- تعداد زیادی از ویروس‌های کرونا که تاکنون شناخته شده‌اند، که موجب ابتلا به طیفی از عفونت‌های دستگاه تنفسی در انسان‌ها می‌شوند. که از سرماخوردگی تا ابتلا به بیماری‌های شدیدتری مثل سندروم تنفسی خاورمیانه (مرس-MERS) و سندروم تنفسی حاد (سارس-SARS) متغیر هستند.
- در اواخر سال ۲۰۱۹، یک کرونا ویروس جدید به عنوان عامل ظهور بیماری حاد تنفسی در ووهان چین شناخته شد.
- در فوریه ۲۰۲۰، سازمان جهانی بهداشت (WHO) این بیماری را COVID-19 نام گذاری کرد که مخفف Corona virus disease 2019 (بیماری کرونا ویروس ۲۰۱۹) می باشد.
- یکی از ویژگیهای خاص COVID-19 قدرت سرایت آن است
- نخستین مورد ویروس کرونا در ایران، ۱۹ فوریه (۳۰ بهمن) ثبت شد.

گروههای سنی در معرض خطر ابتلا به کرونا ویروس (COVID-19)

Those Aged 60+ are Most At Risk...

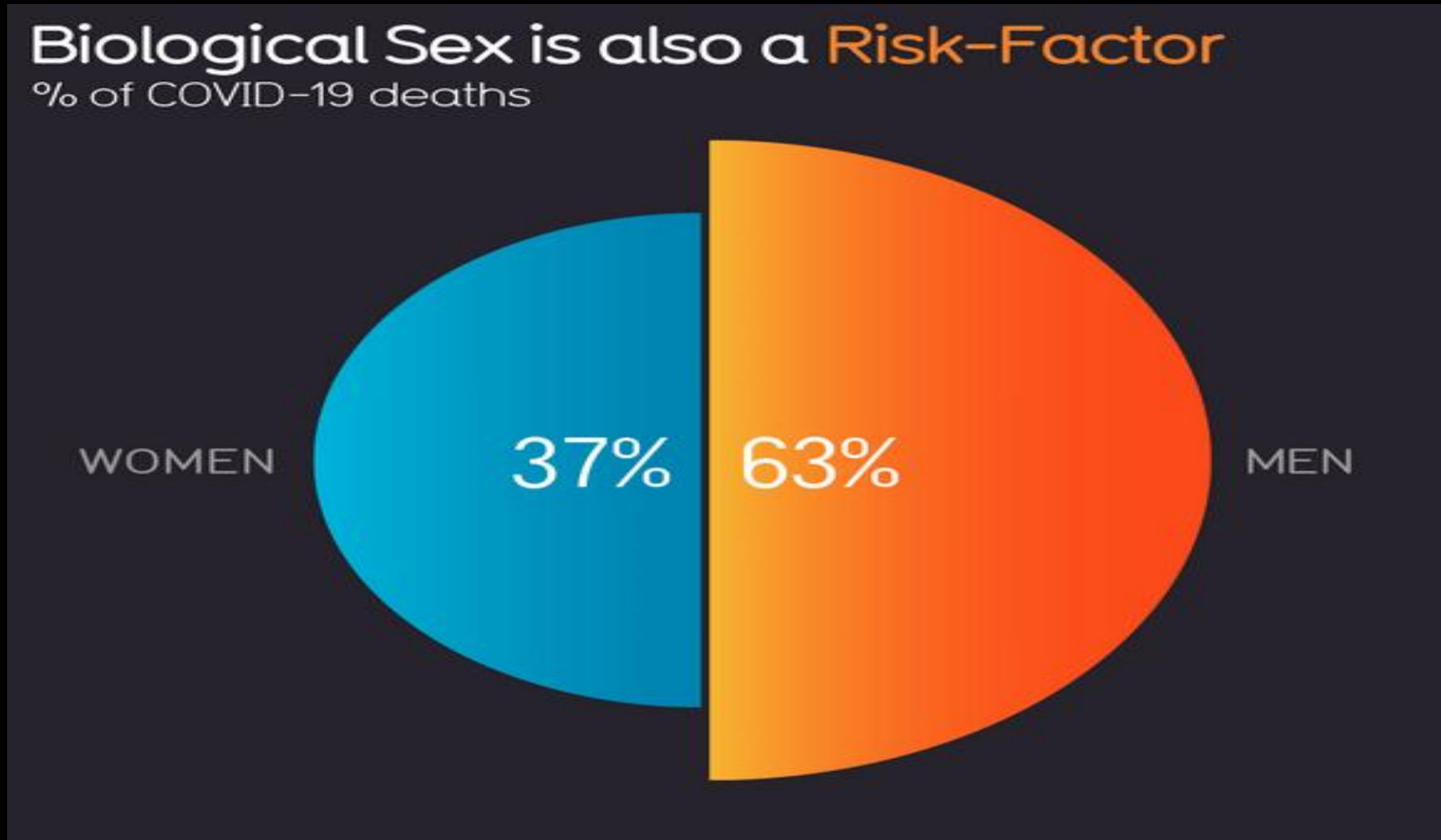
% of deceased (Italy & UK)



گروههای در معرض خطر ابتلا به کرونا ویروس (COVID-19) بر حسب بیماری زمینه ای



توزیع جنسی ابتلا به کرونا ویروس (COVID-19)



سیر بیماری کووید-۱۹

بیماری کووید ۱۹ طیفی از علائم از بی علامتی/قبل از بروز علائم (Asymptomatic/pre-symptomatic) تا بیماری بسیار شدید تظاهر می کند. خاطر نشان می شود که علائم ثابت نیست و در هر زمان ممکن است بیمار، وارد مرحله بعدی شود.

سیر بیماری را می توان به مراحل زیر تقسیم کرد :

۱. مرحله صفر: بی علامت/قبل از بروز علائم
۲. مرحله یک: مراحل ابتدایی عفونت (Early infection)
۳. مرحله دو: فاز تنفسی
۴. مرحله سه: فاز التهابی شدید (Hyper inflammation)

طبقه بندی شدت ابتلا به کرونا ویروس (COVID-19)

80.9%



MILD

Like flu, stay at home

۱۵%



SEVERE

Hospitalization

۵%



CRITICAL

Intensive care

تظاهرات بالینی

- به نظر می رسد پنومونی شایع ترین تظاهرات جدی عفونت است که در مرحله ابتدایی با تب ، سرفه ، تنگی نفس و ارتشاح دو طرفه در تصویربرداری از قفسه سینه مشخص می شود.
- هیچ ویژگی بالینی خاصی وجود ندارد که بتواند COVID-19 را با اطمینان از سایر عفونت های ویروسی متمایز کند.
- بیشتر موارد کشنده در بیماران با سن بالاتر و یا دارای بیماری های زمینه ای همراه رخ داده است.
- علاوه بر علائم تنفسی ، علائم گوارشی (مثلاً تهوع و اسهال) در برخی بیماران گزارش شده است ، اما این موارد نسبتاً نادر هستند.

عوارض کرونا

۱- عوارض اولیه:

Acute respiratory distress syndrome (ARDS) •

Sepsis or septic shock •

Multi-organ failure •

Acute kidney injury •

Cardiac injury •

عوارض کرونا

۲- عوارض ثانویه
(طولانی مدت):

• Critical Illness Polyneuropathy (CIP):

- Generalized and symmetrical weakness (distal greater than proximal, also diaphragmatic weakness)
- Distal sensory loss
- Atrophy
- Decreased or absent deep tendon reflexes
- Pain
- Loss of range of motion
- Fatigue
- Dysphagia
- Anxiety
- Depression
- Cognitive loss

عوارض کرونا

۲- عوارض ثانویه (طولانی مدت):

• Critical Illness Myopathy (CIM):

- این شرایط در ۴۶ تا ۹۰ درصد بیماران بستری در ICU ممکن است اتفاق بیافتد
- در این حالت فیروز و آتروفی فیبرهای عضلانی رخ می دهد
- علائم این میوپاتی تا حد زیادی مشابه حالت قبلی (Polyneuropathy) است اما ضعف بیشتر پروگزیمال تر بوده و اعصاب حسی درگیر نمی شوند

عوارض کرونا

****** هر دو شرایط میوپاتی و پلی نوروپاتی در حد کامل برطرف می شوند اما می توانند نتایج طولانی مدت زیر را برای بیمار به دنبال داشته باشند:

- Weakness •
- Loss of function •
- Loss of quality of life •
- Poor endurance •

فوائد و اهداف توانبخشی در بیماران کرونایی

۱- بهبود پیامدهای عملکردی و سلامتی بیماران

- کاهش عوارض ناشی از ویروس کرونا (مثل post intensive care syndrome)
- کاهش disability
- تسریع ریکاوری
- حفظ سطح استقلال بیمار بخصوص در بیماران سالمند و افرادی با بیمار زمینه ای

۲- تسهیل ترخیص زودتر بیمار

۳- کاهش ریسک بستری مجدد بیمار

مداخلات توانبخشی در بیماران کرونایی

Phase of care	Rehabilitation interventions	
Acute	While patients with severe COVID-19 are receiving ventilatory support, rehabilitation professionals may be involved in supporting acute respiratory management, and the maintenance and improvement of functioning to facilitate early recovery	Intensive and/or critical care units
Sub-acute	In the early recovery period, once patients have returned to a hospital ward or stepdown facility, or for patients where illness severity did not warrant admission to an intensive care unit and who have been managed in a hospital ward. rehabilitation interventions may focus on addressing ongoing impairments in mobility, respiratory function, cognition, swallow	Hospital wards
Long-term	Following discharge, rehabilitation professionals can provide graded exercise, education on energy conservation and behaviour modification, home modification, and assistive products, as well as rehabilitation for any specific individual impairments.	Rehabilitation centres, outpatient programmes

توصیه های لازم برای ارائه خدمات فیزیوتراپی به بیماران کرونایی

- ❖ در صورت امکان، فیزیوتراپیست های پر خطر (داری بیماری های زمینه ایی مزمن، باردار، نقص سیستم ایمنی و ...) در معرض تماس با بیماران کووید ۱۹ قرار نگیرند و در حد امکان در بخش هایی که بیماران مبتلا به کرونا ویروس بستری نمی باشند؛ ارائه خدمت نمایند.
- ❖ در صورت امکان فیزیوتراپیست ها در قالب دو تیم ارائه خدمات فیزیوتراپی به بیماران کووید ۱۹ و بیماران غیر عفونی تقسیم بندی شوند و با حداقل جابجایی بین تیمی ارائه خدمت نمایند.
- ❖ کلیه فیزیوتراپیست ها میبایست بر اساس دستورالعمل های کشوری مربوط به کنترل عفونت در مراکز درمانی آگاه بوده و براساس آن ارائه خدمت نمایند.

توصیه های لازم برای تجهیزات محافظت فردی

- تجهیزات حفاظت برای ارائه خدمات به بیماران مبتلا به کووید ۱۹ بر اساس پروتکل های ابلاغی استفاده شود.
- بایستی پوشیدن و در آوردن صحیح تجهیزات حفاظت فردی از جمله گان، ماسک، بررسی فیت بودن ماسک N95 و ... را آموزش ببینند.
- اگر از تجهیزات حفاظت فردی قابل استفاده مجدد استفاده می شود؛ باید قبل از استفاده مجدد، تمیز و ضدعفونی شوند.
- آقایان دارای ریش یا سبیل بلند باید جهت اطمینان از فیت شدن مناسب ماسک، موهای صورت را کوتاه کنند.
- برای همه موارد مشکوک و تأیید شده بیماری، اقدامات احتیاطی انتقال از طریق قطره بایستی اجرا شود
- طبق دستورالعمل های کشوری فرایند گام به گام پوشیدن و در آوردن تجهیزات حفاظت فردی رعایت گردد.
- دستورالعمل های مربوط به شستشوی دست بایستی آموزش داده شود.
- وسائل شخصی قبل از ورود به قسمت های درمانی و پوشیدن تجهیزات حفاظت فردی باید در آورده شود. این موارد شامل گوشواره ها، ساعت، کمر بند، تلفن همراه، پیجر، قلم و غیره می باشد.
- از اشتراک گذاری تجهیزات خودداری شود. ترجیحاً فقط از تجهیزات یکبار مصرف استفاده شود



برخیز و بیا بتاب برای دل ما
حل کن به جمال خویشتن مشکل ما
یک کوزه شراب تا بهم نوش کنیم
زان پیش که کوزه‌ها کنند از گل ما
خیام