

## COVID-19 Nachsorge | 15 FP



Im Rahmen der COVID-19 Nachsorge (Corona) können viele Funktionskreise betroffen sein. In diesem kompakten Kurs werden die Basisprogramme zu folgenden Beschwerden von leicht zu schwer vorgestellt.

### **Atmung**

- Es wird das sogenannte Atemprogramm, das in der Rehabilitation von Mukoviszidose verwendet wird, genutzt
- Die gängigsten und effektive Nachsorge-Übungen

### **Gedächtnisprobleme**

- Einige Betroffene leiden unter einem massiven Gedächtnisverlust
- Gedächtnisübungen: koordinative Übungen in Kombination Stimme und Gedächtnis
- Digitale Übungsprogramme/App-Empfehlungen: Lumosity etc.

### **Fatigue**

- Bei COVID-19 kann die Fatigue länger andauern und trotzdem ist sie deshalb nicht automatisch chronisch. Nicht jeder Fatigue-Klient ist chronisch
- In welchen Situationen entsteht die Ermüdung
- Selbstständige durchführbare Übungen
- Graded Activity: angepasste Belastungssteigerung an den aktuellen Belastungszustand der Klienten (normale Trainingsprinzipien sind nicht sinnvoll)

### **Kreislaufbeschwerden**

- Sinnvolle Übungen, die regelmäßig, mehrmals am Tag durchgeführt werden

#### **Post- COVID-Kopfschmerz**

- Ursache, Symptomatik, Maßnahmen
- Blutdruck

#### **Motivation/Depression**

- Zielgenerierung: Kleine überprüfbare Ziele
- Psychologische Hilfe

**Post-COVID-19-Syndrom ist ab dem 1. Juli 2021 „Besonderer Verordnungsbedarf“!**

<b>Leitung</b>	Jesko Streeck   Dipl. Physiotherapeut
<b>Kursgebühr</b>	270,00 € inkl. Skript
<b>Beginn</b>	29.03.2025
<b>Ende</b>	30.03.2025
<b>Kurszeiten</b>	Sa. 29.03., 09:00 - 18:00 Uhr So. 30.03., 09:00 - 14:00 Uhr
<b>Kursort</b>	Goebelstraße 21, 64293 Darmstadt
<b>Zielgruppe</b>	Physiotherapeuten
<b>Fortbildungspunkte</b>	15