



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 effektivsten 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 jede*r Fatigue-Klient*in ist chronisch
- In welchen Situationen entsteht die Ermüdung?
- Selbstständig 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“!

| | |
|---------------------------|--|
| Leitung | Jesko Streeck Dipl. Physiotherapeut |
| Kursgebühr | 290,00 € |
| Beginn | 12.09.2026 |
| Ende | 13.09.2026 |
| Kurszeiten | Sa. 12.09., 09:00 - 18:00 Uhr So. 13.09., 09:00 - 14:00 Uhr |
| Kursort | Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg |
| Zielgruppe | Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseur, Heilpraktiker |
| Fortbildungspunkte | 15 |