

## Wytyczne dla fizjoterapeuty do powrotu do pracy i dla pacjenta do powrotu na fizjoterapię po chorobie w czasie pandemii

### ■ Fizjoterapeuta z **POZYTYWNYM WYNIKIEM TESTU** w kierunku **SARS-CoV-2**

Po otrzymaniu pozytywnego wyniku testu, kwarantanna nakładana jest automatycznie przez sanepid **(od dnia zlecenia, a nie od dnia wykonania testu)** na okres 10 dni. Jeśli kwarantanna nie zostanie przedłużona, automatycznie wygasa. Może być ona przedłużona przez lekarza POZ w przypadku, gdy w dalszym ciągu utrzymują się objawy (tj. gorączka, kaszel). Lekarz może też zlecić kolejny test.

Przed powrotem do pracy fizjoterapeuta musi być 3 dni bez gorączki i objawów ze strony układu oddechowego (tj. kaszel).

Pamiętaj: koniec choroby określa zawsze lekarz POZ!

Standardowo nie kieruje się obecnie na testy kontrolne po zakończeniu kwarantanny lub izolacji. Jeśli pracodawca wymaga ujemnego testu od pracownika przed powrotem do pracy, to jest zobowiązany do pokrycia jego kosztów.

### ■ Fizjoterapeuta po epizodzie przeziębienia lub grypopodobnym **BEZ TESTU** w kierunku **SARS-CoV-2**

Jeśli miałeś infekcję i nie miałeś przeprowadzonego testu, powrót do pracy powinien nastąpić nie wcześniej niż po 3 dniach od momentu ustąpienia objawów (tj. gorączki, kaszlu, kataru).

### ■ Pacjent po epizodzie przeziębienia lub grypopodobnym po kwarantannie / izolacji **Z TESTEM** lub też **BEZ TESTU**:

Jeśli pacjent miał infekcję, to niezależnie od tego, czy miał zrobiony test lub też go nie miał, rozpoczęcie fizjoterapii lub powrót na nią powinien mieć miejsce minimum 10 dni od czasu zakończenia kwarantanny / izolacji i ustąpienia objawów (tj. gorączki, kaszlu, kataru).

*Zalecenie jest podyktowane bezpieczeństwem chorego, innych pacjentów oraz fizjoterapeutów. Obecne badania naukowe wskazują na możliwość powstania bardzo niekorzystnych zmian w obrębie układu oddechowego po przejściu COVID-19. Zwiększony wysiłek fizyczny podczas fizjoterapii może być niebezpieczny dla pacjenta po infekcji dróg oddechowych oraz nadmiernie obciążać układ krążenia czy oddechowy, dlatego należy ten fakt brać pod uwagę podczas planowania i doboru intensywności postępowania fizjoterapeutycznego.*