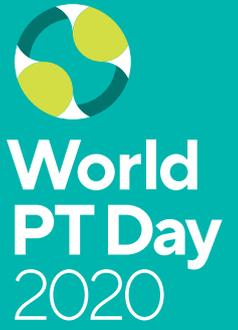
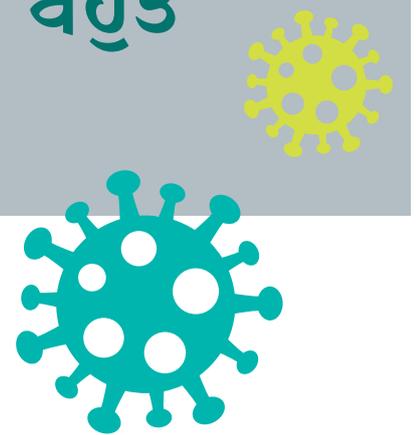


ਕੋਵੀਡ -19 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਿਹਤਯਾਬੀ



ਗੰਭੀਰ ਕੋਵੀਡ -19 ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਾਲੇ
ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਫਿਜ਼ਿਓਥੈਰੇਪਿਸਟ ਜਲਦੀ ਅਤੇ
ਚੱਲ ਰਹੇ ਮੁੜ-ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਵਿਚ ਬਹੁਤ
ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ ।



#worldptday

ਕੋਵੀਡ -19 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਥਕਾਵਟ ਸਿੰਡਰੋਮ

ਕੋਵੀਡ -19 ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਾਲੇ 10% ਲੋਕ ਪੋਸਟ ਵਾਇਰਲ ਥਕਾਵਟ ਸਿੰਡਰੋਮ(ਪੀ.ਵੀ.ਐਫ.ਐਸ.) ਦੇ ਲੱਛਣ ਵਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ।
ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ, ਜਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਦਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਫਿਜ਼ਿਓਥੈਰੇਪਿਸਟ ਜਾਂ
ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੀ.ਵੀ.ਐਫ.ਐਸ. ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੋ ।
ਪੀਵੀਐਫਐਸ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ।



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday