

Rehabilitacja to stała praca nad formą



Rehabilitacja to stała praca nad formą

Data publikacji
13.06.2022 09:55

Żeby zachować maksymalną sprawność, pacjent powinien pomyśleć o rehabilitacji jako regularnej, stałej pracy nad formą.

W wielu przypadkach jednorazowy charakter rehabilitacji wydaje się oczywistością. Warto jednak pamiętać, że nawet w medycznie nieskomplikowanych przypadkach pojawiają się u pacjenta na przykład przewlekłe dolegliwości bólowe jeśli uraz był poważny. O ile więc na co dzień nie ma potrzeby specjalnego planowania rehabilitacji, często trzeba będzie co jakiś czas turnus powtórzyć.

W czasie turnusu rehabilitacyjnego pacjent nie tylko bierze udział w przewidzianych dla niego zabiegach, ale bardzo często dowiaduje się, jak ma o siebie dbać już po zakończeniu rehabilitacji w ośrodku. To ważne, ponieważ nawet trzytygodniowy turnus, to w istocie za krótko, żeby osiągnąć pełny efekt.

Co należy podkreślić, to znaczenie okresów pomiędzy turnusami. To nie jest czas, w którym można nic nie robić – najczęściej należy wtedy również podtrzymać pewien poziom specyficznej aktywności, co pozwala zachować maksymalny poziom samodzielności i dobre samopoczucie. Świadomość tego, że rehabilitacja powinna być prowadzona w sposób ciągły, pozwala zdecydowanie lepiej zaplanować cały proces leczenia.

Pełna treść artykułu znajduje się na witrynie GazetaSenior.pl.

[Więcej informacji.](#)

Źródło: <https://www.gazetasenior.pl/rehabilitacja-praca-nad-forma>

Grafika: <https://pl.freepik.com/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)