

Juny 2020

Un cop d'ull al Consorci Sanitari del Maresme

CONSORCI SANITARI
DEL MARESME



El Servei de Medicina Física i Rehabilitació ha posat en marxa un programa pioner de valoració i tractament via telemàtica dels pacients post Covid-19 que ja estan a casa seva. Participen el metge rehabilitador, fisioterapeutes i terapeutes ocupacionals, amb l'objectiu de minimitzar les seqüeles físiques.



35 pacients participen ja en aquest programa. La majoria:



- ✓ homes
- ✓ mitjana de 56 anys
- ✓ estada a l'UCI

Miquel Àngel Duque (50 anys): "Fer aquests exercicis m'ha ajudat a recuperar-me físicament"



He estat ingressat per Covid-19 un total de 21 dies, 13 dels quals els vaig passar a l'UCI. Un cop donat d'alta i ja a casa, estava molt dèbil i tenia dificultats per caminar, així que quan em van proposar participar en aquesta iniciativa de rehabilitació a distància de seguida vaig acceptar. Ha estat una experiència molt positiva i he pogut fer exercici tres dies per setmana sota supervisió de professionals. Així també tens l'oportunitat de fer preguntes i resoldre dubtes sobre les molèsties que tens, i això et dona molta tranquil·litat, ja que estem aïllats a casa.

Aquest programa m'ha anat molt bé per combatre les seqüeles físiques de la malaltia, m'ha ajudat a recuperar-me físicament i m'ha donat la força que necessitava per superar-me.

1 de cada 10

pacients Covid-19 ingressats a l'Hospital de Mataró ha passat per l'UCI. Molts amb sedació i ventilació mecànica, que acaben patint la Síndrome post UCI



Síndrome post UCI

Afecta quasi la meitat de pacients que ingressa a la Unitat de Cures Intensives i engloba seqüeles físiques i psíquiques:



33% ha de canviar de feina



30% no torna a treballar



25% experimenta una disminució important de la capacitat funcional



Cuida la teva salut... i intenta mantenir-te actiu si has passat la malaltia i ja et trobes a casa:

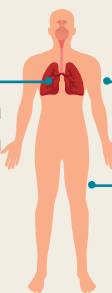
Realitza la pauta d'exercicis marcada pel teu fisioterapeuta tres cops al dia.

Si durant l'exercici tens la sensació de falta d'aire, no continuis i consulta el teu metge.



Sabies que... La Covid-19 va associada a una síndrome d'hiperinflamació que comporta la destrucció d'unes proteïnes de la musculatura? Això provoca fatiga i debilitat de:

Musculatura respiratòria



Membres superiors

Membres inferiors

Seqüeles físiques



Disfunció pulmonar



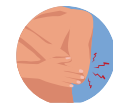
Debilitat muscular



Intolerància a l'exercici



Neuropatia



Dolor



Fatiga

1.700 professionals | 13 centres

Tots els nivells d'atenció sanitària:

- 3 centres d'atenció primària + 5 consultoris locals
- 1 hospital d'aguts
- 1 hospital sociosanitari
- 1 residència geriàtrica assistida
- 1 centre especialitzat en salut mental

I també:

- Neonatologia
- Hospitalització i atenció a domicili
- Hospitals de dia (120 places)
- Programa pacient expert
- Cures pal·liatives i PADES



A prop teu

www.csdm.cat
Tel. 93 741 77 00
comunicacio@csdm.cat