



1 вересня SIOS ініціювала проєкт SIOS – Разом проти пандемії 2, який триватиме до 31 грудня 2022 року. Проєкт є спробою SIOS підвищити обізнаність про необхідність вакцинації від Covid-19 та підтримати асоціації федерації SIOS у їхній важливій роботі з протидії негативним наслідкам триваючої пандемії коронавірусу.

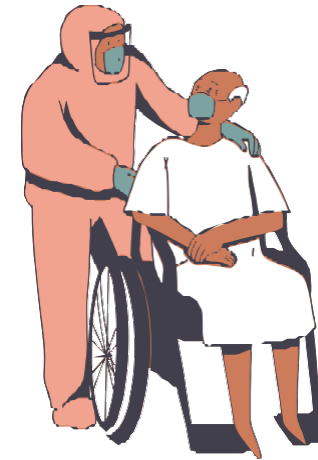
Проєкт частково є національним проєктом з поширення інформації, але він також має особливу увагу на районах Стокгольма / Центральної Швеції, Вестра Геталанд і Сконе.

Для отримання додаткової
інформації або зв'яжіться з:

SIOS
Bellmansgatan 15, 1 tr. 118 47 Stockholm
E-mail: kansli@sios.org
Tel. 08-556 933 60
www.sios.se

Projektledare Erica Stensson
E-mail: erica.stensson@sios.org
Tel. 073-542 55 89

Інформація про Постковід



Частина проєкту "SIOS – Разом проти пандемії 2"



Projektet genomförs med stöd av MUCF

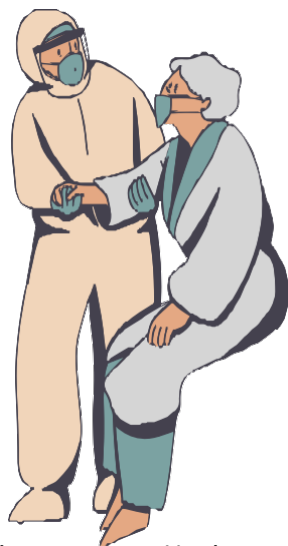
1 september – 31 december 2022.

Що таке постковід?

Більшість людей, які перехворіли або переохворіли на COVID-19, одужують протягом декількох тижнів. Але у деяких людей симптоми і симптоми можуть зберігатися тривалий час, а у деяких нові симптоми зникають через деякий час після захворювання. Це називається постковідним і може викликати великі проблеми та труднощі для нормальної роботи людини.

Чому деякі люди хворіють на постковід?

Залишається незрозумілим, чому деякі люди хворіють на постковід. Більш часто люди, які пережили важкий перебіг ковіду, страждають від постковіду, але також люди з легким перебігом хвороби або безсимптомним ковідом встановили постковід. Аналогічно, невакциновані люди частіше отримують постковід.



Як лікується постковід?

Дуже індивідуально, яка допомога потрібна для відновлення. Навіть час одужання сильно відрізняється; У деяких симптоми проходять самостійно через деякий час, а інші зберігають симптоми протягом місяців або років, незважаючи на медичні заходи.

Єдиного рішення постковіду не існує. Замість цього часто використовуються різноманітні заходи, такі як адаптовані фізичні вправи, де тренується ємність легенів і серця, зміна дієти, розумове тренування пам'яті і зосередженості. Ці заходи часто використовуються спільно з лікарськими засобами, які можуть полегшити окремі симптоми, наприклад, ліки від кашлю від кашлю або знеболення при сильному болю.

Як дізнатися, чи є у мене постковід?

Точної межі того, коли COVID-19 переходить в постковід, немає, але якщо симптоми не вщухнуть, або з'являться нові симптоми, через 6-12 тижнів після появи перших симптомів, це, швидше за все, постковід.

Загальні симптоми постковіду:

- надзвичайна втома, як фізична, так і розумова задишка, утруднене дихання лихоманка або відчуття лихоманки
- втрата нюху і смаку, або що запахи і смаки відчуються по-різному біль у грудях
- ломота в м'язах і суглобах, головні болі
- серцебиття або високий дискомфорт серцевого ритму в стані спокою з боку шлунка і кишечника
- оніміння та інші неврологічні симптоми розладу сну
- труднощі з пам'яттю і концентрацією уваги;

Що робити, якщо ви підозрюєте, що у вас постковід?

Якщо у вас все ще є симптоми або з'являються нові симптоми, через 6-12 тижнів після того, як ви дізналися, що перехворіли на COVID-19, вам слід звернутися за медичною допомогою до медичного центру.

Навіть в ситуаціях, коли ви не впевнені, що перехворіли на COVID-19, але страждаєте від подібних симптомів, слід звернутися в медичний центр.

Ви також можете зв'язатися з 1177, щоб отримати запитання та поради щодо того, що ви можете зробити, щоб одужати після постковіду, або отримати допомогу в оцінці симптомів. З приводу гострих і небезпечних для життя проблем телефонуйте за номером 112.