

## Anbefalet fysioterapi til patienter med Covid 19

Fysioterapi kan være indiceret til patienter med Covid 19 med særligt fokus på de respiratoriske komplikationer, som kan opstå grundet svær pneumoni og i nogen tilfælde ARDS (acute respiratory distress syndrome). Symptomerne kan være åndenød/påvirket respiration og stort variabelt iltbehov grundet væske i alveolerne og evt. sekret distalt i bronkiolerne. Andre patienter vil mere have feber og tør hoste.

Der er særlige hygiejne forhold som gør sig gældende (se hygiejne forslag)

- **Mobilisering/lejring:** Generelt ved pneumoni anbefales mobilisering minimum til siddende i stol mindst 20 min. 2 eller flere gange dagligt. Mobilisering vil øge FRC og arbejdsforholdene for respirationsmusklerne bedres. I andre tilfælde kan hensigtsmæssig lejring med støtte til arme, eleveret hovedgærde, bugleje e.l afhjælpe og lindre åndenød. PEP fløjte/maske kan også bruges for at få dyb respiration og kan anvendes til de patienter, som er i stand til selv at være aktive, da de således kan arbejde med respirationen.
- **Sekret/hoste:** Patienterne kan med fordel instrueres i sekretmobiliserende teknikker. Mest hensigtsmæssigt lange bløde stød, hvor sekretet langsomt rulles op, kombineret med korte stød for at flytte sekretet mere centralt (grundet sygdommens patologi er sekretet sandsynligvis primært i de små distale luftveje). Alt efter patientens samarbejdsevne og behov kan teknikken med fordel kombineres med enten PEP-fløjte eller PEP-maske. Saltvandsinhalationer kan løsne sekret, men også dulme og lette en evt. tør hoste.
- **Hypoxi:** Om end hypoxi ofte er indikation for CPAP, så gives der kun CPAP på denne indikation efter nøje overvejelse til patienter med Covid 19. Der er flere årsager til dette. For det første så hører CPAP under aerosoldannende procedurer, hvilket betyder øget risiko for smitte under behandlingen. For det andet så skyldes det øgede iltbehov ofte væske i alveolerne. Intermitterende CPAP har ingen dokumenteret effekt på væske. Kontinuerlig CPAP på intensiv kunne overvejes i mild grad, men vil ikke umiddelbart være førstevalg. Bugleje kan øge iltningen i lungerne.
- **Atelektase:** i betydende grad er fortsat indikation for CPAP, men kræver tværfagligt samarbejde og behandling flere gange dagligt. Vær særlig opmærksom på hygiejneforskrifterne pga øget risiko for spredning af virussen (Se hygiejne forslag).

Hygiejne i forbindelse med respirations fysioterapi:

### Brug altid fuld værnemidler og FFP3 maske ved sekretmobilisering og CPAP

- Ifølge Sundhedsstyrelsen skal personale med direkte patientkontakt bære smittebeskyttelsesudstyr i form af: Handsker, væskeafvisende og langærmet engangsovertræks kittel, kirurgisk maske og visir/ beskyttelsesbriller.
- Ifølge Sundhedsstyrelsen skal personale med direkte patientkontakt ved aerosolproducerende procedurer bære personalet bære FFP2 / FFP3 masker.

- Ved hostefremkaldende procedurer og PEP anbefales man at stå 1 m væk fra patienten og bruge udstyr som ved aerosoldannede procedure.
- Ifm. respirations fysioterapi bør der sørges for optimal udluftning på stuen, nogle stuer er udstyret med medicinsk udluftning ellers kan man åbne vinduer – gerne lade stå åben en tid efter behandling, hvis dette er muligt. Samt lukke døre ved behandling.

(1) WHO. Clinical management of severe acute respiratory infection (SARI) when COVID-19 disease is suspected. World Health Organization; 2020

(2) Lim WS, Baudouin SV, George RC, Hill AT, Jamieson C, Le Jeune I, et al. BTS guidelines for the management of community acquired pneumonia in adults: update 2009. Thorax 2009 Oct;64 Suppl 3:iii1-55.

(3) Kofod L, Andersen AH, Mourier M, Bernhard L, Larsen MB, Schaadt L, Rohde H, Versterre SM, Warming S. Regional Klinisk Retningslinje – Respirationsfysioterapi til patienter med sekretproblemer. Sammenslutning af Ledende Ergo- og Fysioterapeuter, Region Hovedstaden 2018

(4) Lungemedicinsk COVID-19 instruks RegionH

Linette M Kofod, Mette B Hansen, Lue K Drasbæk Philipsen, Barbara C Brocki

På vegne af Dansk Selskab for Hjerter- og Lungefysioterapi

