

# Proposition de prescription médicale type de kinésithérapie post-COVID



.....

---

## ORDONNANCE DE KINESITHERAPIE

---

40 séances de kinésithérapie dans le cadre d'une prise en charge post-COVID à adapter en fonction du bilan :

1) Réentraînement à l'effort

- Renforcement musculaire segmentaire
- Travail sur cycloergomètre au seuil de dyspnée (20 à 30 min 3 fois par semaine)

2) Rééducation ventilatoire

- Ventilation dirigée (expiration longue – relaxation)
- Travail des muscles inspiratoires (si syndrome restrictif)
- Contre-pression expiratoire
- Hypoventilation contrôlée (si syndrome d'hyperventilation confirmé)