

Instrukcja dot. fizjoterapii i podobnych usług podczas epidemii COVID-19

4 maja 2020 r. zostaną wprowadzone zmiany w obowiązującym dotychczas zakazie zgromadzeń, a fizjoterapeuci otrzymają zezwolenie na powrót do pracy. W związku z tym zostaną m.in. ponownie otwarte gabinety fizjoterapii i rozpocznie się na nowo terapia w domach opieki i oddziałach dziennych. W dalszym ciągu obowiązuje stopień alarmowy Służby ochrony cywilnej i należy utrzymywać ogólny reżim sanitarny oraz przestrzegać [zaleceń służb zdrowotnych](#). Każdy gabinet/pracownik odpowiada za stosowanie reżimu sanitarnego w danym miejscu pracy oraz musi przestrzegać własnych procedur dostosowanych do działalności i warunków panujących każdorazowo w danej gminie.

Zabrania się przyścia na terapię w przypadku:

- a. Przebywania w kwarantannie lub pobytu za granicą w ciągu ostatnich 14 dni.
- b. Pozostawania w izolacji (również podczas oczekiwania na wynik testu).
- c. Wcześniejszego przebywania w izolacji spowodowanego zakażeniem COVID-19, gdy nie minęło jeszcze 14 dni od zakończenia izolacji.
- d. Objawów chorobowych (katar, kaszel, ból głowy lub mięśni, zmęczenie, ból brzucha, biegunka itp.)

Grupowe treningi fizjoterapeutów będą dozwolone, lecz należy przestrzegać zasady 2-metrowego odstępu, a maksymalna liczba osób na sali powinna być zależna od możliwości utrzymania tego dystansu. Należy również zwracać uwagę na utrzymanie dystansu przed zajęciami i po ich zakończeniu. Zaleca się rejestrowanie czyszczenia sali oraz maszyn.

Od 4 maja złagodzone są również zasady dotyczące rehabilitacji w domach opieki, oddziałach dziennego pobytu oraz w działalności opieki społecznej. Więcej informacji o złagodzeniu rygoru w domach opieki i oddziałach dziennego pobytu można przeczytać na stronie [urzędu Dyrektora zdrowia](#).

Od 4 maja zezwala się na otwarcie basenów rehabilitacyjnych dla określonych usług zdrowotnych. Podczas grupowych treningów w wodzie należy przestrzegać zasady 2-metrowego odstępu, a maksymalna liczba osób w basenie powinna być zależna od możliwości utrzymania tego dystansu. Należy również zwracać uwagę na utrzymanie dystansu przed zajęciami na basenie i po ich zakończeniu, przy czym najlepszą strategią jest wchodzenie i wychodzenie z basenu po kolei, tak by 2-metrowy dystans obowiązywał również w szatni. Przykład: Można zaproponować swobodne ćwiczenia na 15 minut przed zorganizowanymi zajęciami i przez 15

minut po ich zakończeniu, tak by połowa grupy zaczynała od swobodnych ćwiczeń, a druga połowa nimi kończyła.

Jeśli terapia wymaga bliskiego kontaktu, należy zachowywać ostrożność oraz podjąć odpowiednie środki w przypadku jakiegokolwiek ryzyka zakażenia (maseczka, rękawiczki). Jeśli natomiast zarówno fizjoterapeuta, jak i pacjent nie mają objawów (lub wyzdrowieli), nie należą do określonej grupy ryzyka i na terenie nie występuje szczególne ryzyko zarażenia, dozwolone jest przebywanie bez rękawiczek i maseczek, lecz kładzie się duży nacisk na dokładne mycie i dezynfekcję rąk.

Dalsze łagodzenie przepisów zostanie ogłoszone w późniejszym terminie.