

Varnost vadbe v Koronarnem klubu Ljubljana v času epidemije COVID-19

Stališče strokovnega sveta KKL

Vseživljenjska rehabilitacija, ki se izvaja v Koronarnem klubu Ljubljana (KKL), je za srčno-žilne bolnike izjemnega pomena. Želimo si, da bi kljub epidemiji COVID-19, potekala kar se da nemoteno oziroma bi je bili lahko deležni člani KKL v čim večjem številu, saj so večkratne prekinitve programa rehabilitacije v zadnjem letu in pol, kljub zgledni organizaciji dela na daljavo, vplivale na telesno in duševno zdravje članov.

Strokovni svet KKL zagovarja stališče, da je ob upoštevanju splošnih ukrepov (razkuževanje, prezračevanje, zagotavljanje razdalje, nošenje mask ...), **za zagotavljanje varnosti članov in vaditeljev v času vadbe v zaprtih prostorih, nujno tudi dosledno upoštevanje pogoja PCT** (prebolevnost/cepljenost/testiranje). Rehabilitacija, ki poteka v KKL, je namreč zaradi skupinske obravnave specifična tako v smislu tveganja za prenos bolezni COVID-19 kot v smislu ogroženosti članov za težji potek bolezni. Pravila za izpolnjevanje pogoja PCT se sproti določajo na nacionalni ravni.

Ob tem bi želela v imenu strokovnega sveta KKL, ob naraščajočem številu okužb in hospitalizacij zaradi COVID-19, pozvati člane, ki še niso cepljeni, da to čimprej storijo. Vsi člani KKL namreč sodijo v skupino s povečanim tveganjem za težak potek bolezni, cepljenje pa to tveganje dokazano zmanjšuje. Cepljenje svetujemo tudi prebolevnikom najkasneje 8 mesecev po potrjeni okužbi.

Poleg tega člane KKL, tudi cepljene in prebolevnike, prosimo, da se v primeru slabega počutja, povišane telesne temperature oziroma prehladnih znakov, vadbe v KKL ne udeležijo in se obrnejo na osebnega zdravnika za presojo glede izključitve aktivne COVID okužbe.

Dr. Tjaša Vižintin Cuderman, dr. med.,
predsednica strokovnega sveta KKL



Ljubljana, 27. 8. 2021