



Специалисты отдела реабилитации и вторичной профилактики сердечно-сосудистых заболеваний ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр профилактической медицины» Минздрава России предлагают для пациентов, перенесших новую коронавирусную инфекцию, рекомендации по реабилитации. Информация, как ускорить выздоровление от коронавирусной инфекции, содержит дыхательные и общеукрепляющие упражнения, а также шкалу оценки самочувствия. Общие рекомендации от специалистов заключаются в том, что необходимо:

- избегать интенсивных усилий в течение 6-8 недель после заболевания;
- больше двигаться;
- делать комплекс специальных упражнений.

Полная информация, рекомендованная по восстановлению после новой коронавирусной инфекции (COVID-19) [здесь](#)