

دراسة تحذر مصابي كورونا «الطويل» من التدريبات الشاقة



كشفت دراسة هولندية أن الأشخاص الذين أصيبوا بفيروس كورونا طويل الأمد، المعروف اختصاراً باسم «كوفيد الطويل» يجب عليهم تجنب ممارسة التدريبات الرياضية الشاقة

وقال الدكتور روب ويست، من الجامعة الحرة بأمستردام ومؤلف الدراسة، إن النتائج تؤكد وجود خطأ ما داخل الجسم لا يتقبل المرض

وشملت الدراسة 25 مريضاً مصاباً بكوفيد طويل الأمد، أبلغوا عن شعورهم بالضيق بعد ممارسة الرياضة، و21 شخصاً أصيبوا بفيروس كوفيد لكنهم تعافوا تماماً، ولم يتم إدخال أي من المشاركين إلى المستشفى بسبب الفيروس، وجميعهم كانوا لائقين وبصحة جيدة قبل الإصابة

وأضى كل مشارك حوالي 10 إلى 15 دقيقة على دراجة تمرين، بينما تم أخذ عينات الدم وخزعات العضلات الهيكلية من جميع المشاركين قبل أسبوع من المهمة وفي اليوم التالي لها، بحسب صحيفة غارديان

وأكدت النتائج أنه على الرغم من وجود تباين كبير بين المرضى، كان لدى الأشخاص الذين يعانون كوفيد الطويل قدرة أقل على ممارسة التمارين الرياضية مقارنة بالمشاركين الأصحاء.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.