

## **Odporúčania pre pacientov s reumatickými zápalovými chorobami v súvislosti s infekciou koronavírusom (COVID-19)**

Vzhľadom na šíriacu sa epidémiu spôsobenú COVID-19 MZ SR a ÚVZ SR vydalo odporúčania na prevenciu šírenia infekcie, ktoré sú platné pre všetkých občanov SR. Pacienti so zápalovými reumatickými chorobami (ZRCH) na imunosupresívnej liečbe sú ohrozenou skupinou obyvateľstva. Týka sa to nie len pacientov na biologickej liečbe (adalimumab, etanercept, golimumab, certolizumab, infliximab, tocilizumab, sarilumab, abatacept, rituximab), liečbe JAK inhibítormi (baricitinib, tofacitinib) ale aj pacientov liečených bežnými chorobu modifikujúcimi liekmi (metotrexát, leflunomid, azatioprín, cyklosporín, apremilast) a kortikoterapiou. Samotné ZRCH predisponujú pacienta k vyššiemu riziku infekčného ochorenia, takže preventívne opatrenia je nutné dôsledne dodržiavať!

Podľa dostupných analýz chorých v iných štátoch hlavné rizikové faktory ochorenia a závažného priebehu boli vysoký vek a pridružené choroby ako cukrovka, ochorenie srdcovocievneho aparátu, pľúcne choroby. Zatiaľ nie sú jednoznačné údaje o vyššom riziku tejto infekcie u imunosuprimovaných pacientov. V prípade prerušenia tejto liečby však môže dôjsť k vzplanutiu základného reumatologického ochorenia, čo znamená jednoznačne vyššie riziko akejkolvek infekcie. **Z tohto dôvodu po vyhodnotení pomeru riziko/benefit odporúčame túto liečbu neprerušit' a pokračovať v dávkovaní bez zmeny!**

Pacienti, ktorí majú príznaky infekcie (napr. kašeľ, zvýšenú teplotu, dýchavičnosť), či už v súvislosti s možnou infekciou COVID-9 alebo iného pôvodu, by **mali prestať užívať biologickú liečbu** alebo liečbu JAK-inhibítormi až do odznenia príznakov infekcie.

Pacienti, ktorí **prišli do kontaktu s osobou s podozrením na infekciu COVID-19, alebo navštívili v ostatnej dobe krajinu, ktorá je považovaná za rizikovú**, by sa mali riadiť príkazmi hlavného hygienika alebo nariadenia vlády a ostať v karanténe. Biologickú liečbu alebo liečbu JAK-inhibítormi by mali obnoviť až po skončení doby karantény ak sú bez prejavov infekcie.

Vo všetkých prípadoch je nutné sa riadiť nariadením vlády na prevenciu šírenia infekcie koronavírusu, ktoré určujú okrem iného aj osoby na ktoré spadá povinnosť dodržiavať karanténu a aktualizujú zoznam rizikových krajín.

V prípade plánovanej rutinej kontroly najprv skontaktujte telefonicky svojho reumatológa, či je vyšetrenie nutné alebo môže byť realizované aj neskôr, event. inou formou (telefonickou alebo mailovou komunikáciou).

### **Odporúčame:**

Umývajte si ruky mydlom a vodou alebo prostriedkom na báze alkoholu (min. 60%)!

Nedotýkajte sa svojej tváre, úst, očí!

Zakrývajte si nos a ústa pri kýchaní, kašli alebo ak nemáte aktuálne k dispozícii vreckovku tak použite lakt'ovú jamku!

Noste rúško ak opustíte svoje obydlie!

Používajte výťah len v nevyhnutných prípadoch- pri príchode domov si umyte/dezinfikujte ruky – tlačítka vo výťahu môžu byť infekčné!

Nakupujte len ak je to nutné a vždy len jeden člen rodiny!

Necestujte do zahraničia ani na území SR ak to nie je nevyhnutné!

Nepodávajte si ruky, neobjímajte a nebozkávajte svojich blízkych!

Vhodné je obmedziť používanie prostriedkov hromadnej dopravy.

Sledujte svoj zdravotný stav (náhly nástup aspoň jedného z týchto príznakov: horúčka, kašeľ, dýchavičnosť) a v prípade objavenia sa príznakov bez meškania telefonicky kontaktujte všeobecného lekára a/alebo územne príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva. Nezabudnite oboznámiť lekára zoznamom užívaných liekov!

Vyhýbajte sa priamym sociálnym kontaktom (napr. návštev kultúrnych, spoločenských, športových alebo iných hromadných podujatí alebo prijímania osôb alebo vykonávania spoločenských aktivít v mieste izolácie)

Zdroj:

<https://www.eular.org/index.cfm>, EULAR Guidance for patients about COVID-19 outbreak,

<http://www.uvzsr.sk/>, Opatrenia Ústredného krízového štábu SR v súvislosti s ochorením COVID-19

## Každé umývanie rúk má trvať 40-60 sekúnd



1 rúky si treba navlhčiť teplou vodou



2 nabrať si dostatočné množstvo mydla okrem mydla je dobré používať aj antibakteriálny gél



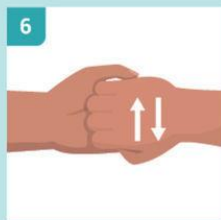
3 rúky si potierať spôsobom dľaň o dľaň



4 pokračovať preložením dlane pravej ruky na chrbát ľavej ruky s čistením vnútorných strán prstov a opačne



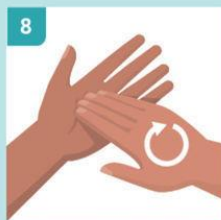
5 trením čistiť spojené prsty pravej ruky proti ľavej ruke a opačne



6 zovrieť prsty jednej ruky do dlane a potierať si ich oproti druhej dlani



7 nasleduje čistenie ľavého palca krúživým pohybom pravou rukou a opačne



8 ľavú dľaň čistiť krúživým pohybom spojenými prstami pravej ruky a opačne



9 rúky si opláchnuť vodou a dôkladne utrieť jednorazovou utierkou alebo čistým uterákom



10 dôkladne si rúky utrieť jednorazovou utierkou alebo čistým uterákom



# Ako rozoznať príznaky KORONAVÍRUSU?



SYMPTÓMY	KORONA	PRECHLADNUTIE	CHRÍPKA
Horúčka	Bežne	Zriedkavo	Bežne
Únava	Občas	Občas	Bežne
Kašeľ	Bežne (obvykle suchý)	Mierny	Bežne (obvykle suchý)
Kýchanie	Nie	Bežne	Nie
Bolesť a slabosť	Občas	Bežne	Bežne
Nádcha/ upchatý nos	Zriedkavo	Bežne	Občas
Bolesť hrdla	Občas	Bežne	Občas
Bolesť hlavy	Občas	Zriedkavo	Bežne
Dýchavičnosť	Občas	Nie	Nie
Hnačka	Zriedkavo	Nie	Občas u detí



#zodpovednosť  
#hygiena  
#rozvážnosť

Zdroj: WHO