

BETEGTÁJÉKOZTATÓ ASZTMÁS BETEGEK RÉSZÉRE A KORONAVÍRUS PANDEMIA VONATKOZÁSÁBAN

Magyar Tüdőgyógyász Társaság, Allergológiai és Légzéspathológiai Szekció

Források:

European Respiratory Society (www.ersnet.org)

Globan Initiative for Asthma (www.ginasthma.org)

Magyar Tüdőgyógyász Társaság (<https://tudogyogyasz.hu/News/News/29400>)

A jelenlegi COVID-19 koronavírus járvány fokozottabban veszélyeztetheti azokat az idült tüdőgyógyászati kórképből szenvedőket, akik a betegség vagy a betegségre kapott immunszuppresszív gyógyszeres kezelés kapcsán csökkent immunvédekezéssel bírnak.

Az asztma, mint alapbetegség, aktív légúti gyulladás esetén (nem kontrollált tünetek) vagy az asztma miatt tartósan szájon át szedett kortikoszteroidok miatt hajlamosíthat a fertőzésekkel szembeni fokozott fogékonyságra (az inhalációs kortikoszteroidoknak ilyen mellékhatása nincs!). Kiemelten fontos ezért ebben az időszakban a rendszeres megelőző inhalációs gyógyszer alkalmazás.

Mindezek alapján asztmában több szempontot kell figyelembe venni a koronavírus járvány elleni védelemben és mindenekelőtt *be kell tartani a magyarországi közegészségügyi rendszer által előírt szabályokat és tanácsokat.*

Általános ajánlások asztmás betegek részére a COVID járvánnyal kapcsolatban:

- Amennyiben meg tudja oldani, minél többet tartózkodjék otthonában, kerüljön el minden nem feltétlenül szükséges csoportos találkozást.
- El nem kerülhető csoportos találkozás esetén igyekezzen legalább 2 méter távolságot tartani másoktól.
- Fontos a megfelelő távolságtartás az egyének között, különösen olyanoktól, akik beteg lehetnek, pl. köhögnek, tüsszögnek (minimum 2 méter távolság és maximum 15 percnyi kontaktus légúti hurut tüneteit mutatókkal).
- Lehetőség szerint ne utazzon.
- Lehetőség szerint javasolt a zsúfolt tömegközlekedés, emberi csoportosulások kerülése.
- Rendszeresen mosson kezet szappannal és vízzel, legalább 20 másodpercig. Ezután alaposan szárítsa meg a kezét.
- Szappan helyett a legalább 60%-os alkoholt tartalmazó kézfertőtlenítő szer alkalmazása is elfogadható.

- Ne érintse meg az arcát (orr, szem, száj).
- Papírzsebkendőbe vagy a könyökre köhögjön, tüsszentsen és a papírzsebkendőt biztonságos helyre dobja el.
- Használjon eldobható papírtörölkőt, papírzsebkendőket.
- Ha nincs fertőzőes tünete, akkor nem kell maszkot viselni (az arcmaszk nehezítheti a légzést és felesleges, amennyiben Ön nem tünetes vagy kontaktszemély).
- Maradjon távol a frissen belázasodott, légúti hurutot mutató emberektől.
- Tanácsos a hagyományos üdvözlések kerülése (kézfogás, ölelés, puszi).
- Tartalékoljon otthonában 14 napra elegendő tartós élelmiszert, higiéniai készítményt, takarítószeret és gyógyszert arra az esetre, ha otthoni karanténra lenne szüksége.
- Kerülje a közösségi rendezvényeket, tömegben való mozgást, nagyobb létszámú vendégeskedést.
- Fokozottan tartsa be az általánosan ajánlott alapvető viselkedési és higiénés szabályokat.

Ajánlások heveny légúti tünetek kialakulásának esetére asztmás betegek részére a COVID járvánnyal kapcsolatosan:

- Ha friss légúti fertőzésre jellemző tünetek jelentkeznének (láz, száraz vagy hurutos köhögés), azonnal forduljon telefonon háziorvoshoz; itt fontos a környezeti anamnézis (kikkel találkoztak, külföldön járt egyén, kontaktszemély stb.) felvétele és a tünetek értékelése. Ezt követően kövesse a háziorvos utasításait.
- Ha felmerül a koronavírus fertőzés lehetősége, akkor az előírt járványügyi eljárás indokolt. Ez esetben ne osszon meg személyes használati tárgyakat senkivel.
- Koronavírus fertőzés gyanúja vagy igazolt volta esetén, enyhe tüneteknél a beteg otthonában kezelhető. Ez igaz a láz (38 C felett) mellett felső légúti tünetek megjelenésére. Fontos a lázcsillapítás (pl. paracetamol tartalmú gyógyszerekkel) és a bő folyadékfogyasztás. Háziorvosával telefonon mindenképpen konzultáljon!
- Koronavírus fertőzés gyanúja vagy igazolt volta esetén, súlyos tünetek mellett szükség van a kórházi felvételre. Ezek a láz (38 C felett) mellett megjelenő fulladás, nehézlégzés vagy tüdőgyulladás. Ez esetben hívja fel háziorvosát, aki az adott járványügyi helyzetben megjelölt kórházba való szállíttatásáról gondoskodik.

Betegségspecifikus ajánlások asztmás betegek részére a COVID járvánnyal kapcsolatosan:

- Győződjön meg róla, hogy több hétre elegendő mennyiségű gyógyszere és/vagy receptje van az asztma fenntartó kezelése tekintetében. Ez különösen fontos az inhalációs készítmények esetében.

- Mivel asztma esetén az indokolt fenntartó kezelés elhagyása/dóziscsökkentése egészségkárosodást okozhat, nincs ok az alkalmazott terápia leállítására vagy dózismódosítására.
- Amennyiben a tüdőgyógyászati beteg inhalációs készítményt használ, ennek azonos dózisban történő fenntartása mindenképp fontos és szükséges.
- Egy inhalációs eszközt csak egy beteg használhat.
- A legtöbb beteg inhalációs kortikoszteroid és hosszú-hatású béta-agonista kombinációs kezelést kap un. „spray” vagy „szárazpor-inhalátor” formájában. Ezek a készítmények az eddigi adatok alapján nem jelentenek veszélyt még igazolt COVID fertőzés esetén sem, elhagyásuk viszont az asztma állapotromlásával fokozhatja egy esetleges vírusfertőzés (bármely légúti vírusfertőzés) esetén az asztmás roham kialakulásának valószínűségét. Ez igaz a csak inhalációs kortikoszteroidot kapó betegekre is.
- Az asztmás betegeknek nem szabad abbahagyniuk a számukra rendelt inhalált kortikoszteroid kezelést. A fenntartó inhalált kortikoszteroid kezelés abbahagyása asztmás állapotromlást idézhet elő.
- Akut állapotromlás esetén a gépi porlasztók helyett javasolt az aeroszolos vagy szárazpor-inhalátoros kiserelések preferálása. Állapotromlás esetén kövesse kezelőorvosa utasításait.
- Bizonyos források a „kortikoszteroidok” használatának mellőzését javasolják a COVID-19 járvány ideje alatt. Ez a tanács kizárólag az injekcióban adott és a szájon át szedett kortikoszteroid készítményekre vonatkozik (inhalációs adagolásra nem vonatkozik, itt nincs immunuszuppresszív mellékhatás!), és kizárólag arra az esetre, ha használatuk javallata nem egyértelmű.
- Amennyiben Önnek asztma állapotromlása miatt kezelőorvosa kortikoszteroid szájon át vagy vénás formában történő alkalmazását javasolta, tartsa be a kezelőorvos utasításait.
- Amennyiben Ön súlyos asztmában szenved és rendszeresen kortikoszteroid tablettát szed, ezen ne változtasson a COVID járvány miatt. A nem kontrollált betegség veszélyesebb, mint az ennek kezelésére alkalmazott szájon át szedett szteroid, továbbá, a szájon át adagolt szteroidkészítmények hirtelen abbahagyása veszélyes lehet.
- A súlyos asztmában alkalmazott un. „biológiai terápiák” (ezek injekciós készítmények) tekintetében nincs adat arra vonatkozóan, hogy fokoznák a COVID vírus okozta szövődmények kialakulásának rizikóját. Ezért, amennyiben Ön ilyen kezelésben részesül, kezelőorvosával egyeztessen az injekció felírásának és gördülékeny beadásának módjáról, időpontjáról.
- Kérjük, továbbra is használja az inhalált fenntartó gyógyszereit, s ha a tünetei rosszabbodnak, kövesse a kezelőorvostól kapott utasításokat, a gyógyszerek adagolását, használatát csak aszerint módosítsa!
- A dohányzás fokozza a COVID vírus okozta szövődmények kialakulásának rizikóját.
- Nem szükséges kiegészítő megelőző gyógyszerek, táplálék kiegészítők, „immunstimulánsok” szedése. Az extrémén emelt dózisu C-vitamin ronthatja a vesék működését.