

INFORMACJA DLA PACJENTÓW DOTYCZĄCA RYZYKA ZAKAŻENIA KORONAWIRUSEM U CHORYCH ZE STWARDNIENIEM ROZSIANYM

CZYM JEST COVID-19?

COVID-19 to nowa choroba, która może zająć płuca i drogi oddechowe. Jest ona wywołana przez wirusa nazywanego koronawirusem. U większości zarażonych osób choroba przyjmuje postać łagodną i kończy się wyzdrowieniem, jednakże u innych chorych przebieg może być cięższy.

Podobnie jak w przypadku przeziębienia, zakażenie koronawirusem (COVID-19) następuje zazwyczaj w wyniku bliskiego kontaktu z osobą zarażoną koronawirusem poprzez kaszel, kichanie lub dotknięcie ręki. Zarazić można się także, dotykając skażonych powierzchni, jeśli nie myje się rąk.

Jakie są objawy COVID-19?

Objawy COVID-19 to:

- kaszel
- duszność
- trudności z oddychaniem
- gorączka (wysoka temperatura)

Te objawy są bardzo podobne do innych częstych chorób, takiej jak przeziębienie lub gripa. Jeśli wystąpią u Ciebie te objawy, jest bardzo mało prawdopodobne, że jest to COVID-19, o ile nie miałeś(-aś) bliskiego kontaktu z osobą, u której potwierdzono infekcję wywołaną COVID-19 lub jeśli w ciągu ostatnich 14 dni nie odwiedzałeś(-aś) jednego z obszarów wysokiego ryzyka.

Zanim pojawią się objawy zakażenia koronawirusem może minąć nawet 14 dni.

Czy osoby chorujące na SM są bardziej narażone na ryzyko zakażenia?

Chorzy na SM są narażeni na takie samo ryzyko zakażenia, jak wszyscy inni ludzie. SM nie powoduje osłabienia układu odpornościowego, jednak dla poszczególnych osób to ryzyko może się znacznie różnić w zależności od zaawansowania choroby, ogólnego stanu zdrowia czy chorób współistniejących. Ponadto leki stosowane w terapii SM zmieniają układ odpornościowy i może wystąpić zwiększone ryzyko zakażenia lub rozwoju wtórnych powikłań. Do leków najsilniej hamujących działanie niektórych elementów układu odpornościowego należą m. in: Gilenya, Mavenclad, Tysabri, Ocrevus i Lemtrada.

Nie należy przerywać leczenia ani pomijać wizyt w programie lekowym. Przerwanie terapii modyfikującej przebieg stwardnienia rozsianego, a zwłaszcza odstawienie natalizumabu czy fingolimodu, może spowodować uaktywnienie się choroby związane z efektem z odbicia.

Każdą zmianę w schemacie leczenia należy uzgodnić z lekarzem prowadzącym leczenie, ponieważ takie decyzje muszą być podejmowane indywidualnie dla każdego pacjenta.

Należy bardzo konsekwentnie unikać zarażenia wirusem COVID-19.

Jak mogę uniknąć zarażenia COVID-19?

Porady dotyczące unikania zarażenia COVID-19 są takie same, jak w przypadku grypy. Stosowanie dobrej higieny rąk i układu oddechowego jest najlepszym sposobem ochrony przed rozprzestrzenianiem się zakażenia.

- Prawidłowo i regularnie myj ręce
 - po kaszlu lub kichnięciu
 - po skorzystaniu z toalety
 - przed jedzeniem
 - przed i po przygotowaniu posiłku
 - jeśli masz kontakt z osobą chorą, zwłaszcza z objawami ze strony układu oddechowego
 - jeśli masz brudne ręce
 - po bezpośrednim kontakcie ze zwierzętami lub ich odchodami
- Unikaj dotykania oczu, nosa lub ust, szczególnie, jeśli Twoje ręce nie są czyste.
- Kiedy kaszlesz lub kichasz, zasłaniaj usta i nos chusteczką lub rękawem / zgiętym łokciem.
- Zachowaj bezpieczną odległość (1–1,5 m) od osoby, która kaszle, kicha lub ma gorączkę.

Podejrzewasz u siebie koronawirusa? Sprawdź, czy spełniasz 3 warunki, które świadczą o ryzyku:

- w ciągu ostatnich 14 dni przebywałeś na obszarach objętych wirusem bądź miałeś kontakt z osobą zarażoną,
- masz podwyższoną temperaturę,
- kaszlesz i masz duszności.

Masz objawy i wróciłeś z regionu, w którym występuje koronawirus?

Jeśli w ciągu ostatnich 14 dni wróciłeś z kraju, w którym występuje koronawirus i masz takie objawy, jak: gorączka, kaszel, duszności, lub miałeś kontakt z osobą, u której potwierdzono zakażenie:

- odizoluj się od innych ludzi — oznacza to udanie się do innego, dobrze wentylowanego pomieszczenia i zabranie ze sobą telefonu
- bezzwłocznie powiadom telefonicznie stację sanitarno-epidemiologiczną [Lista stacji epidemiologicznych https://gis.gov.pl/mapa/](https://gis.gov.pl/mapa/)

LUB

- zgłoś się do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego, gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego [Lista szpitali zakaźnych https://www.gov.pl/web/koronawirus/lista-szpitali](https://www.gov.pl/web/koronawirus/lista-szpitali)

Gdzie do tej pory stwierdzono przypadki zakażenia koronawirusem?

Najwięcej potwierdzonych przypadków zakażenia nowym koronawirusem zarejestrowano w Chinach (99%), głównie w prowincji Hubei, Korei Południowej oraz we Włoszech.

Masz objawy, ale nie byłeś w kraju, w którym występuje koronawirus i nie miałeś kontaktu z osobą zakażoną?

Stosuj podstawowe zasady ochrony, gdy kaszlesz i kichasz, oraz higieny rąk. Pozostań w domu do czasu powrotu do zdrowia.



Jak mam się odizolować, jeśli zostanę o to poproszony(-a)?

Izolacja oznacza pozostanie w budynku i unikanie kontaktu z innymi ludźmi. Jeśli istnieje prawdopodobieństwo, że mogłeś(-aś) zarazić się koronawirusem, możesz zostać poproszony(-a) od odizolowanie się od innych ludzi. Pomoże to zapobiec rozprzestrzenianiu się koronawirusa na inne osoby. Oznacza to, że powinienes/powinnaś:

- Pozostać sam(-a) w domu lub w pokoju hotelowym z telefonem.
- Powstrzymać się od pójścia do pracy, szkoły, miejsc praktyk religijnych i obszarów publicznych.
- Nie korzystać z transportu publicznego ani taksówek.
- Unikać gości w domu.

Ważne jest, aby odseparować się od osób starszych, cierpiących na choroby przewlekłe lub kobiet w okresie ciąży.

Jak rozprzestrzenia się COVID-19?

Ponieważ jest to nowa choroba, nie wiemy dokładnie, w jaki sposób wirus rozprzestrzenia się pomiędzy ludźmi. Podobne wirusy rozprzestrzeniają się w kropelkach śliny (kaszel). Nie wiemy też, czy wirusa może rozsiewać osoba, u której nie występują jeszcze objawy.

Wirusem można zarazić się, jeśli:

- zetkniesz się z osobą zarażoną, która kaszle lub kicha
- dotkniesz powierzchni, na które wcześniej kaszlnęła lub kichnęła osoba zarażona

Wirus może przetrwać tylko kilka godzin od momentu, kiedy ktoś kaszlnie lub kichnie na powierzchnię. Takiego wirusa niszczą zwykle domowe środki dezynfekujące. Najpierw wyczyść powierzchnię, a następnie użyj środka dezynfekującego.

Czy istnieje lek na koronawirusa?

- Obecnie nie istnieje specyficzny lek na koronawirusa. Jednakże wiele objawów zakażenia wirusem można leczyć.
- Antybiotyki nie są skuteczne przeciwko koronawirusowi ani żadnym innym wirusom. Działają one wyłącznie w przypadku zakażeń bakteryjnych.
- Celem leczenia jest złagodzenie objawów w trakcie, kiedy organizm zwalcza chorobę.
- W izolacji należy pozostać do momentu całkowitego powrotu do zdrowia.
- Jeśli zarazisz się wirusem, personel medyczny doradzi Ci leczenie najlepiej dopasowane do Twoich objawów.

Czy szczepionka przeciwko grypie zapewnia ochronę przed koronawirusem?

Szczepionka przeciwko grypie nie zapewnia ochrony przed koronawirusem.

Czy powinienem/powinnam nosić maseczkę?

Nie noś maseczki, jeśli dobrze się czujesz i nie masz objawów — nie ma dowodów, że stosowanie masek zapewnia jakiegokolwiek korzyści osobie zdrowej.

Noś maseczkę **wyłącznie, jeśli**:

- masz lub możesz mieć koronawirusa lub inną infekcję,
- przebywasz w bliskim otoczeniu osoby, która ma lub może mieć koronawirusa
- należysz do personelu medycznego i przebywasz w bliskim otoczeniu osób, które mają lub mogą mieć koronawirusa