

27.3.2020.

## COVID-19 – SPECIJALIST PULMOLOG ODGOVARA NA VAŠA PITANJA

U času epidemije s infekcijom virusom COVID-19 Hrvatsko pulmološko društvo (HPD) i Hrvatsko torakalno društvo (HTD) pripremio je odgovore na pitanja što savjetovati bolesnicima s kroničnim bolestima pluća. Vjerujemo da će ovaj dokument rasteretiti zaposlene u zdravstvu, kako bi lakše odgovarali na brojna pitanja naših bolesnika.

Pitanja i odgovori se temelje na preporukama ELF (*eng. European Lung Foundation*), kojeg je osnovalo Europsko Respiratorno Društvo (ERS). Snaga djelovanja ELF-a je u zajedničkom glasu bolesnika, javnosti i pulmološke stručne javnosti. Preporuke za Hrvatsku su prilagođene kako bi poštivale smjernice HZZJ i Vlade RH, vezano uz epidemiju s COVID-19.

### OPĆENITO

#### IMAM PLUĆNU BOLEST; JESAM LI ZBOG TOGA POD VEĆIM RIZIKOM ZA OBOLIJEVANJE OD COVID-19 U ODNOSU NA OSOBE KOJE NEMAJU PLUĆNIH PROBLEMA?

Ne –zaraziti se može svatko. Međutim, u ljudi s postojećim bolestima dišnog sustava mogu se vjerojatnije primijetiti simptomi infekcije ili mogu imati težu infekciju od drugih.

Do sada, većina ljudi koji dobiju COVID-19 imaju blagu virusnu bolest, ali neki ljudi razviju upalu pluća. Još nismo sigurni je li vjerojatnije da će ljudi s respiratornim bolestima dobiti upalu pluća nakon COVID-19, ali vjerojatno hoće, jer je to slučaj i s drugim virusima, poput gripe.

#### POSTOJE LI NEKE DODATNE MJERE KOJE MOGU PODUZETI KAKO BIH SMANJIO RIZIK OD ZARAŽE, OBZIROM NA POSTOJEĆU PLUĆNU BOLEST?

Slijedite savjete Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo (HZJZ) i Vlade Republike Hrvatske (RH).

Ako imate respiratornih problema, važno je sljedeće:

- Izbjegavajte kontakt sa svima koji su bolesni. Zamolite bolesne prijatelje ili rođake da vas ne posjećuju i držite se udaljenosti od najmanje 2 metra od svih bolesnih koje sretnete u javnosti.
- Ne dirajte usta, nos ili oči neopranim rukama, osim ako je to neizbježno.
- Temeljito operite ruke nakon dodira s površinama koje mogu biti kontaminirane. Operite ruke toplom vodom i sapunom 20 sekundi.
- Obavezno uzimajte svoju redovitu terapiju i držite se uobičajenih postupaka liječenja kako bi pluća bila što zdravija.

<https://www.hzjz.hr/priopcenja-mediji/pitanja-i-odgovori-o-bolesti-uzrokovanoj-novim-koronavirusom/>

[https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Pranje\\_ruku\\_.pdf](https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Pranje_ruku_.pdf)

## TREBAM LI RAZMOTRITI SAMOIZOLACIJU KAKO BIH IZBJEGAO ZARAZU VIRUSOM?

Samoizolacija znači ostati u zatvorenom prostoru što je više moguće i izbjegavati kontakt s drugima.

- Ako imate simptome vrućice, kašlja ili infekcije prsnog koša, trebali biste se samoizolirati.
- Ako nemate simptome, izbjegavajte kontakt sa svima koji su bolesni, čak i ako oni imaju "samo blagu prehladu".
- Ostanite kod kuće što je više moguće, uključujući i rad od kuće, ako je to izvedivo.

[https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/letak\\_samoizolacija.pdf](https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/letak_samoizolacija.pdf)

## JESAM LI SIGURAN IZVAN KUĆE AKO IZBJEGAVAM GUŽVE, NPR. MOGU LI IĆI U PARK ILI PRIRODU?

Da. Virusom se možete zaraziti od ljudi koji imaju infekciju, pa nema problema da sami izađete van. Važno je izbjegavati kontakt sa svima koji bi mogli biti bolesni. Ako idete u prirodu sa članovima svog domaćinstva, to ne predstavlja problem. Važno je ne dolaziti u kontakt s ostalim ljudima.

## POSTOJI LI VEĆA VJEROJATNOST ZA SMRT OD COVID-19 KOD LJUDI KOJI IMAJU RESPIRATORNE BOLESTI U ODNOSU NA ONE ZDRAVE?

Do sada su starija životna dob i prisutnost postojećih bolesti - uključujući i pluća - bili čimbenici rizika za smrt. Ipak, važno je naglasiti kako je većina pacijenata, čak i oboljelih od osnovne respiratorne bolesti, imala blage infekcije i potpuno se oporavila.

## TREBAM LI NOSITI ZAŠTITNU MASKU KAKO BIH SE ZAŠTITIO OD VIRUSA?

Upotreba maske u vanjskom okolišu trenutno nije potrebna (hodanje po ulici, u parku, u prirodi). Zaštitnu masku preporučljivo je nositi u zatvorenim prostorima, ako imate simptome poput kašlja ili groznice, ili ako negujete nekoga s tim simptomima.

Nošenje maske, ako imate bolest dišnih organa, ne preporučuje se jer to može otežati disanje. Ako imate respiratornih problema i zabrinuti ste zbog COVID-19, porazgovarajte o tome sa svojim liječnikom.

Za sprečavanje nedostatka maski za lice važno je koristiti ih samo ako je potrebno. Kad nosite masku, važno ih je koristiti i odlagati na ispravan način. Nakon svakog odstranjivanja maske morate ruke oprati i dezinficirati. Svjetska zdravstvena organizacija ima korisne informacije o tome:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/when-and-how-to-use-masks>

## JE LI MOGUĆ PRIJENOS COVID-19 S KUĆNIH LJUBIMACA NA ČOVJEKA?

Trenutno nema dokaza zaraze čovjeka od strane kućnih ljubimaca kao što su mačke i psi.

## MOŽE LI SE ČOVJEK ZARAZITI S COVID-19 VIŠE OD JEDNOM?

Trenutno istraživanje sugerira da se imunitet na COVID-19 razvija nakon prve infekcije, pa se nije moguće ponovno zaraziti. Postoje primjeri virusa poput gripe i prehlade kojima se možete zaraziti više puta zbog načina na koji se virus mijenja s vremenom. Neko vrijeme nećemo znati može li se to dogoditi s COVID-19.

## OBZIROM NA MOJE ZDRAVSTVENO STANJE, ČESTO IMAM SUHI KAŠALJ I VRUĆICU – POSTOJI LI NAČIN KAKO RAZLIKOVATI TE SIMPTOME OD SIMPTOMA COVID-19?

Ne. Nema ništa jedinstveno u vezi sa simptomima COVID-19 u odnosu na dišne tegobe uzrokovane infekcijama drugih virusa, i to je razlog zašto većina ljudi koji su testirani na virus COVID-19 budu negativni. Njihov kašalj i vrućica zapravo su uzrokovani nečim drugim. Ako imate kašalj i vrućicu koji su tipični za vas, a niste dovoljno bolesni da biste trebali bolničko liječenje, trebali biste biti u samoizolaciji kod kuće dok se simptomi ne riješe.

## **OBZIROM NA MOJE ZDRAVSTVENO STANJE, ČESTO SE JOŠ VIŠE RAZBOLIM KADA IDEM U BOLNICU – TREBAM LI U TIM SITUACIJAMA IZBJEGAVATI ODLAZAK U BOLNICU KAKO BIH SMANJIO RIZIK ZARAŽENJA S COVID-19?**

Bolnice će narednih mjeseci vjerojatno biti pretjerano opterećene radi pacijenata s COVID-19. Ako je moguće kućno liječenje, molimo vas da učinite sve kako biste izbjegli odlazak u bolnicu. Koristite alternativne usluge, kao što su ljekarne u zajednici i telefonske usluge, kad god je to moguće. Bolnice su tu da vam pomognu ako vam je nužno bolničko liječenje i provodit će vrlo stroge higijenske mjere kako se ljudi ne bi zarazili s COVID-19 tijekom boravka u njima.

## **MOJI SUSJEDI ČESTO PUŠE U SVOJIM DVORIŠTIMA I DIM CIGARETE ULAZI U MOJU KUĆU AKO SU PROZORI OTVORENI. MOŽE LI SE COVID-19 PRENIJETI TIM PUTEM?**

Nema dokaza da se COVID-19 može prenijeti putem dima, ali pasivno izlaganje dimu može i dalje biti štetno za ljude koji imaju respiratorne probleme na druge načine. Možda bi vrijedilo zatvoriti prozore ako vaši susjedi puše.

## **AKO KORISTIM INHALATOR U SVOJOJ TERAPIJI, MOŽE LI DOĆI DO NJEGOVE KONTAMINACIJE? ŠTO MOGU UČINITI KAKO BI SE TO SPRIJEČILO? TREBAM LI NOVI INHALATOR ILI JE DOVOLJNO SAMO OČISTITI ONAJ KOJI IMAM?**

Vaš inhalator trebate koristiti samo vi, a treba ga čuvati čistim i na sigurnom mjestu. Na taj način možete izbjeći da inhalator bude izvor zaraze. Nema potrebe za nabavkom novog.

## **POSTOJI LI MOGUĆNOST DA SE MOJI LIJEKOVI INFICIRAJU AKO SE PROIZVODE U PODRUČJIMA GDJE JE VELIKI BROJ ZARAŽENIH S COVID-19?**

Ne - lijekovi se proizvode prema vrlo strogim i pažljivo kontroliranim higijenskim standardima. Čak i ako bi ti sigurnosni sustavi iz bilo kojeg razloga zakazali, virus ne može dugo preživjeti na površinama poput kartona (za pakiranje lijekova) ili plastike (za uređaje poput inhalatora). Stoga virus ne bi preživio kroz vrijeme potrebno da lijek iz dotičnih zemalja dođe u ljekarnu, pa do Vas.

## **SMIJEM LI POVEĆATI DOZU LIJEKA KOJI KORISTIM KAKO BIH SE BOLJE ZAŠTITIO OD ZARAZE S COVID-19?**

Važno je da ne mijenjate svoje liječenje dok je pandemija COVID-19 u tijeku. Terapija Vam pomaže u održavanju zdravih pluća, a bilo kakve promjene u liječenju koje nije preporučio zdravstveni radnik mogu vas dovesti do većeg rizika napredovanja Vaše plućne bolesti. Zdravstveni sustav u mnogim zemljama vjerojatno će biti pretrpan tijekom narednih mjeseci, pa je održavanje zdravlja, što je moguće više, ključno za smanjenje opterećenja liječnika i bolnica. Molimo uzmite sve svoje lijekove onako kako su propisani.

## **MEDIJI ČESTO GOVORE DA JE COVIDOM-19 NAJTEŽE POGOĐENA STARIJA POPULACIJA TE LJUDI S POSTOJEĆIM KRONIČNIM BOLESTIMA. DA LI SE ZA LJUDE S KRONIČNIM BOLESTIMA TO ODNOSI SAMO NA STARIJU POPULACIJU ILI NA SVE LJUDE BEZ OBZIRA NA GODINE?**

Većina ljudi koji umiru od COVID-19 u izvještajima iz Kine i drugih zemalja bili su stariji od 80 godina i imali su uznapredovale bolesti srca i pluća. Imali su kombinaciju starije dobi i teške kronične bolesti. Većina starijih ljudi i ljudi s kroničnim bolestima imali su blagu virusnu bolest i potpuno su se oporavili.

## **KOJE PREVENTIVNE MJERE MORAM PODUZETI AKO KORISTIM KISIK KOD KUĆE ILI NEBULIZATOR?**

Upotreba kisika kod kuće obično ukazuje da imate prilično tešku kroničnu bolest pluća, pa biste trebali poduzeti korake za smanjenje rizika od dobivanja COVID-19. To uključuje sljedeće:

- Izbjegavajte kontakt sa svima koji su bolesni. Zamolite bolesne prijatelje ili rođake da vas ne posjećuju i držite se na udaljenosti od najmanje 2 metra od svih bolesnih koje sretnete u javnosti.
- Izbjegavajte diranje usta, nosa ili očiju neopranim rukama.
- Temeljito operite ruke nakon dodira s površinama koje mogu biti kontaminirane. Operite ruke toplom vodom i sapunom barem 20 sekundi.
- Obavezno uzimajte sve svoje redovite lijekove i držite se uobičajenih tretmana kako bi pluća bila što zdravija.

## **ZNAM DA NE SMIJEM IĆI U BOLNICU AKO MISLIM DA SAM ZARAŽEN, ALI U KOJEM TRENUTKU BIH TREBAO ZATRAŽITI LIJEČNIČKU POMOĆ AKO IMAM KRONIČNU PLUĆNU BOLEST?**

Ako mislite da imate infekciju COVID-19, zapitajte se možete li simptome riješiti kod kuće. Vrućica se može suzbiti paracetamolom te je potrebno piti puno tekućine. Ako su simptomi jaki ili vam je potreban dodatni savjet, obratite se svom liječniku obiteljske medicine.

## **TREBAM LI IĆI NA UNAPRIJED DOGOVORENE PREGLEDE ILI JE BOLJE IZBJEGAVATI ODLAZAK U MEDICINSKE CENTRE I BOLNICE?**

Ako u Vašoj bolnici još uvijek postoje zakazani ambulantni pregledi, bilo bi dobro kontaktirati ih i pitati trebate li i dalje doći. Mnoga mjesta otkazuju rutinske i preventivne preglede ili ih obavljaju preko telefona, kad god je to moguće. Postoje određeni uvjeti u kojima je posjet licem u lice još uvijek potreban i ne smijete propustiti posjet bez prethodnog savjetovanja sa svojim liječnikom.

## **AKO SAM SE OVE GODINE CIJEPIO PROTIV GRIPE, JESAM LI ZAŠTIĆEN OD COVID-19?**

Cijepljenje protiv gripe štiti samo protiv gripe (virusa gripe) i ne štiti od COVID-19. Ne postoji cjepivo protiv COVID-19 i malo je vjerojatno da će ono biti dostupno tijekom trenutne pandemije.

## **ŠTO SE PODUZIMA KAKO BI SE ZAŠTITILO ONE NAJUGROŽENIJE (STARIJE, OSOBE S KRONIČNIM BOLESTIMA)?**

Kako bi zaštitili starije ljude i one s kroničnim bolestima, većina europskih zemalja je usvojila postupke „socijalnog distanciranja“ i samoizolacije. To znači da ljudi ostanu kod kuće, prakticiraju dobru higijenu ruku i drže se na udaljenosti u javnosti kako bi smanjili prijenos bolesti.

## **TREBAMO LI BITI ZABRINUTI DA ĆE DOĆI DO NESTAŠICE LIJEKOVA?**

Sve se poduzima kako bi se osiguralo održavanje zaliha esencijalnih lijekova. Nema razloga za brigu. Europska agencija za lijekove prati situaciju i do danas nije izvijestila o nedostatku lijekova.

## AKO RADIM S OSJETLJIVOM SKUPINOM LJUDI (U ŠKOLI, NJEGOVATELJSKOJ USTANOVI, U ZDRAVSTVU), LJUDI S KOJIMA RADIM SU POD VEĆIM RIZIKOM ZARAZE S COVID-19. IZ TOG RAZLOGA SAM ZABRINUT DA NE PRENESEM VIRUS NA NJIH IAKO SE OSJEĆAM DOBRO. KAKO DA POSTUPIM?

Trebali biste razgovarati sa svojim poslodavcem, jer će se pristup tom rješenju razlikovati u različitim postavkama i nije moguće dati konačan savjet bez više informacija. Općenito, ako imate kontakt sa svima koji su u visokom riziku za COVID-19, savjet je sljedeći:

Virus mogu prenijeti osobe koje nemaju simptome, pa da biste zaštitili sebe i druge, svedite fizički kontakt na minimum. Gdje god je to moguće, držite se na udaljenosti 2 metra od drugih. To neće biti moguće tamo gdje imate bliske njegovateljske odgovornosti, stoga smanjite kontakte na najnižu moguću razinu.

Redovito perite ruke sapunom i vodom u trajanju od 20 sekundi (ili ako sapun nije dostupan, koristite sredstvo za dezinfekciju).

Izbjegavajte dodirivati lice, usta, oči ili nos kad god je to moguće.

Strogo izbjegavajte kontakt s osobama koje pokazuju simptome vrućice, kašlja ili virusne infekcije (i ako ste bili u kontaktu, odmah obavijestite svog poslodavca).

## AKO RADIM U OKRUŽENJU S MNOGO LJUDSKIH KONTAKATA (ŠKOLSTVO, ZDRAVSTVO...), A IMAM KRONIČNU PLUĆNU BOLEST, ZNAČI LI TO DA SAM POD POVEĆANIM RIZIKOM OD ZARAZE S COVID-19; ŠTO BIH TREBAO NAPRAVITI?

Trebali biste razgovarati sa svojim poslodavcem za savjet o samoizolaciji.

## HOĆE LI BITI MANJE SLUČAJEVA ZARAZE PORASTOM TEMPERATURE I DOLASKOM LJEPŠEG VREMENA?

Svjetska zdravstvena organizacija nedavno je sugerirala da se to vjerovatno neće dogoditi. Iako su stanja poput gripe zimi češća, to možda nije samo zato što je hladno, već i zato što zimi provodimo više vremena zajedno u zatvorenim prostorima i lakše prenosimo virus. Činjenica da se epidemija koronavirusa pojavila u zemljama koje su mnogo toplije od većine Europe sugerira da se on širi lako čak i po toplom vremenu.

## KADA MOŽEMO OČEKIVATI LIJEK/CJEPIVO ZA VIRUS?

Prva ispitivanja liječenja u Kini već daju rezultate i mnoga su ispitivanja u tijeku. Dokazi da su neke od terapija za koronavirus učinkovite mogli bi doći vrlo brzo, u roku od nekoliko mjeseci. Cjepivo bi bilo najučinkovitiji način da se zaustavi širenje koronavirusa, a znanstvenici procjenjuju da će biti potrebno 12-18 mjeseci.

## MOJ POSLODAVAC JE REKAO DA UKOLIKO IMAM NEKIH ZDRAVSTVENIH PROBLEMA KOJI ME ČINE RIZIČNOM SKUPINOM, RADIM NA DALJINU. KOJI SU TO UVJETI/STANJA KOJA ČINE RIZIČNE SKUPINE?

Različite zemlje će imati različite standarde za to, a trebali biste pogledati savjete vlade za svoju zemlju. Visokorizični uvjeti vjerojatno će uključivati:

- dob od 70 ili više godina (bez obzira na bolesti)
- godine ispod 70 s postojećim zdravstvenim problemima navedenom u nastavku (tj. svatko kome je preporučeno cijepiti se protiv virusa gripe kao odrasla osoba svake godine zbog medicinskih razloga)
- kronične (dugoročne) bolesti dišnog sustava, kao što su astma, kronična opstruktivna plućna bolest (KOPB), emfizem ili bronhitis
- kronične bolesti srca
- kronična bolest bubrega
- kronične bolesti jetre, kao što je hepatitis
- kronična neurološka stanja, kao što su Parkinsonova bolest, motorička neuronska bolest, multipla skleroza (MS), ili cerebralna paraliza
- dijabetes
- problemi sa slezenom – na primjer, bolesti srpastih stanica ili ako vam je odstranjena slezena
- oslabljeni imunološki sistem kod HIV i AIDS, ili primjene lijekova kao što su tablete steroida ili kemoterapija
- prekomjerna tjelesna težina (indeks tjelesne mase (BMI) 40 i više)
- trudnice.

<https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Stariji-i-ostali-osjetljivi-na-koronavirus-2.pdf>



## PUTOVANJA

### MOJ PARTNER MORA PUTOVATI AVIONOM NA LIJEČENJE RADI SVOG STANJA. ŠTO MOŽEMO UČINITI DA GA ZAŠTITIMO KOLIKO GOD JE MOGUĆE?

Putovanja se ne preporučavaju ljudima s postojećim bolestima/zdravstvenim problemima, trebala bi biti ograničena na samo nužna putovanja. U ovom slučaju, ako je putovanje neophodno, trebali biste slijediti upute opisane na vrhu ove stranice, uključujući primjenu dobre higijene ruku tijekom svakog dijela putovanja.

### TREBAM LI IZBJEGAVATI KORIŠTENJE JAVNOG PRIJEVOZA? / KOJA JE NAJBOLJA VRSTA PRIJEVOZA ZA KORIŠTENJE?

Za bolesnike s kroničnim plućnim bolestima predlažemo da ograniče putovanja što je više moguće. Ukoliko će vam ipak biti potreban javni prijevoz, poput putovanja autobusom i vlakom, najbolji način da se smanji rizik od zaraze je temeljito pranje ruku prije i nakon putovanja, a da se pritom ne dodiruje lice, nos i oči, te da održavaju udaljenost veću od 2 metra od ostalih putnika ako je ikako moguće.

## DJECA

### MOJE DIJETE IMA PLUĆNU BOLEST. ŠTO BIH TREBAO UČINITI DA GA ZAŠTITIM?

Ako imaju dovoljno godina, naučite djecu pravilno oprati ruke te ih upozorite da ne diraju usta, nos i oči neopranim rukama. Razmislite i o mjerama socijalnog distanciranja.

Najvažnije je da je bolest uglavnom blaga kod djece, ali može uzrokovati probleme djeci kod kojih postojeća plućna bolest nije pod dobrom kontrolom. Zbog toga se pobrinite da djeca obavezno uzimaju svu svoju redovitu terapiju, poput lijekova za astmu, kako bi umanjili rizik od komplikacija ako dođu do infekcije.

## IMAM DJECU I BOLUJEM OD KRONIČNE PLUĆNE BOLESTI.

I Vi i Vaša djeca trebali biste redovito prati ruke sapunom i vodom kroz najmanje 20 sekundi, osobito nakon boravka izvan kuće i prije jela. I Vi i Vaša djeca trebali biste izbjegavati kontakt sa svima koji su bolesni ili koji su bili u kontaktu s ljudima koji su potencijalno zaraženi s COVID-19.

## PITANJA O SPECIFIČNIM RESPIRATORNIM STANJIMA

### ASTMA

#### JESU LI PACIJENTI KOJI SE LIJEČE S ANTI-IL5 ILI SLIČNIM LIJEKOVIMA KOJI SMANJUJU EOZINOFILU, IZLOŽENI VEĆEM RIZIKU? TREBAJU LI PRESTATI UZIMATI LIJEKOVE ILI PROMIJENITI DOZIRANJE?

Ne prekidajte i ne mijenjajte nijedan od lijekova protiv astme zbog zabrinutosti radi infekcije COVID-19. Postoji rizik da bi se time mogla pogoršati kontrola astme, zbog čega će vam trebati dodatni medicinski tretman ili prijem u bolnicu.

Anti-IL5 ne bi trebao utjecati na rizik od zaraze COVIDOM-19, a ako ga nastavite uzimati, teoretski bi se mogao umanjiti rizik od napada astme ako se virusom zarazite.

### BRONHIEKTAZIJE

#### TREBAM LI NEŠTO SPECIFIČNO ZNATI O COVIDU-19 VEZANOM UZ MOJU BOLEST?

Osobe s bronhiektazijama mogu biti izložene većem riziku od komplikacija ako dobiju COVID-19, pa evo nekoliko prijedloga za smanjenje rizika od zaraze i rizika od komplikacija ukoliko se ipak zarazite:

- Izbjegavajte kontakt sa svima koji su bolesni. Zamolite bolesne prijatelje ili rođake da Vas ne posjećuju i držite se udaljenosti od najmanje 2 metra od svih bolesnih koje sretnete u javnosti.
- Ne dirajte usta, nos ili oči nepranim rukama, osim ako je to neizbježno.
- Temeljito operite ruke nakon dodira s površinama koje mogu biti onečišćene. Operite ruke toplom vodom i sapunom 20 sekundi.
- Obavezno uzimajte sve svoje redovite lijekove i držite se uobičajenih tretmana kako bi pluća bila što zdravija.
- Posebno za bronhiektazije, pazite da redovito radite vježbe čišćenja dišnih puteva - to uklanja sluz iz pluća i smanjuje rizik od pogoršanja.
- Ako dobijete vrućicu i kašalj, no pritom se dobro osjećate, pokušajte povećati učestalost čišćenja dišnih puteva i uzimajte paracetamol za smanjenje vrućice. Ako se više ne osjećate bolesno, potražite savjet liječnika. Ako kod kuće imate antibiotike, kao i mnogi pacijenti s bronhiektazijama, uzmite ih samo ako Vam se ispljuvak (sluz) povećava ili postane obojan (gnojan). Antibiotici neće djelovati protiv virusa, ali će liječiti bakterijsku infekciju.

## TUMORI

### IMAO SAM TUMOR I LIJEČEN SAM KEMOTERAPIJOM I ZRAČENJEM; TO JE BILO PRIJE NEKOG VREMENA, ALI JESAM LI I DALJE POD VEĆIM RIZIKOM OD COVID-19?

Teško je komentirati konkretan slučaj. Velika većina ljudi, čak i ako su zaraženi COVIDOM-19, pa čak i ako ima neko kronično stanje, imat će blagu bolest sličnu prehladi ili gripi. Teške bolesti srca i pluća povezane su s lošijim ishodima, posebno kod pacijenata starijih od 80 godina. Tumor, kada se uspješno liječi, obično nije čimbenik rizika za lošije ishode respiratornih infekcija poput COVID-19.

## KRONIČNA OPSTRUKTIVNA PLUĆNA BOLEST (KOPB)

### ZABRINUT SAM ZBOG UZIMANJA REDOVITIH LIJEKOVA ZA PLUĆNE INFEKCIJE (PREDNIZOLON I DOKSICIKLIN ZA BILO KAKVE PLUĆNE INFEKCIJE), JER SU MI SAVJETOVALI DA ONI MOGU POGORŠATI COVID-19. ŠTO MI JE ČINITI?

Savjet koji ste dobili je pogrešan - nema dokaza da prednizolon i doksiciklin mogu pogoršati COVID-19. Svjetska zdravstvena organizacija kaže da se steroidi i dalje trebaju upotrebljavati za osobe s KOPB-om koje imaju egzacerbacije (pogoršanja) s COVID-19. Antibiotici su dio standardnog liječenja kada su pacijenti primljeni u bolnicu s COVID-19.

Ukratko, ako imate pogoršanje, trebali biste slijediti savjete svog liječnika i koristiti Vaše lijekove.

## CISTIČNA FIBROZA

### POSTOJI LI NEŠTO ŠTO MORAM IZBJEGAVATI KAO OSOBA KOJA IMA CISTIČNU FIBROZU?

Slijedite upute liječnika.

- Ne preporučujemo samoizolaciju za sve oboljele od cistične fibroze, ali možda će biti prikladno ostati kod kuće što je više moguće.
- Izbjegavajte mjesta na kojima postoji vjerojatnost da će doći do povećanog rizika od izloženosti, poput gužve - posebno u slabo prozračenim prostorima.
- Ako ste zaposleni, preporučujemo da se obratite svom poslodavcu kako bi razmotrili prilagodbe uvjeta prema Vašem radnom mjestu kako bi Vas se zaštitilo.

## TRANSPLANTACIJA PLUĆA

### IMAO SAM TRANSPLANTACIJU PLUĆA. POSTOJI LI NEKI KONKRETAN SAVJET KOJI SE ODNOSI NA MENE?

Slijedite savjete Vašeg tima za transplantaciju.

Općenito, ako razvijete simptome virusne infekcije, bilo bi korisno da se samoizolirate kod kuće i obratiti se Vašem timu za transplantaciju za savjet. Ako vam nije dobro i imate probleme

poput otežanog disanja, hitno trebate potražiti liječničku pomoć, kao što bi to bio slučaj i u bilo kojem drugom trenutku.

## PNEUMONIJA (UPALA PLUĆA)

### OPĆENITO SAM ZDRAV, ALI BOLOVAO SAM NEKOLIKO PUTA OD PNEUMONIJE. ZNAČI LI TO DA BIH U SLUČAJU ZARAZE IMAO TEŽI OBLIK BOLESTI?

Ne, prethodne infekcije ne povećavaju rizik za teži oblik infekcija u budućnosti, osim ako nisu bile uzrokovane drugim bolestima u podlozi (kao što su teške bolesti srca i pluća, dijabetes, ili bolesti i uzimanje lijekova koji suprimiraju imunološki sustav).

## TUBERKULOZA

### ŠTO JE S PACIJENTIMA KOJI IMAJU TUBERKULOZU I LIJEČE SE, AKO SE ZARAZE S COVID-19? POSTOJE LI PREPORUKE ZA LIJEČENJE?

Važno je nastaviti s liječenjem TBC-a čak i ako se ne osjećate dobro. Nastavite uzimati svoje lijekove osim ako Vam liječnik ne savjetuje drugačije. TBC ne bi trebala utjecati na težinu infekcije COVIDOM-19. Liječenje infekcije COVID-19 moglo bi biti složenije zbog interakcije između lijekova protiv TBC i drugih lijekova, tako da je važno razgovarati s ljekarnikom ili liječnikom prije uzimanja lijekova.

### TREBAM LI BRINUTI?

Ne trebate dodatno brinuti ako imate potvrđenu infekciju virusom gripe. Zaraza jednom vrstom virusa ne čini Vas podložnijim zarazi drugom vrstom virusa.

## **IMAM ZADEBLJANJE PLEURE, IMAM LI ZBOG TOGA VEĆI RIZIK OD ZARAZE COVIDOM-19?**

Ne, zadebljanje pleure ne utječe na rizik od zaraze COVIDOM-19 i ne bi povećalo rizik od komplikacija, osim ako nije udruženo s drugim bolestima srca i pluća.

## **IMAM PLEURITIS, JESAM LI ZBOG TOGA UGROŽENIJI U SLUČAJU ZARAZE COVIDOM-19?**

Ne, osim ako je razlog pleuritisa druga plućna bolest u podlozi. Plućne bolesti koje nose veći rizik su one koje zahvaćaju dišne putove ili smanjuju plućnu funkciju, poput KOPB-a, teške astme, bronhiektazija, cistične fibroze, plućne fibroze i tumora pluća.

## **UKLONJEN MI JE DIO PLUĆA – KAKO BI COVID-19 UTJECAO NA MENE?**

Ukoliko ste inače dobrog zdravstvenog stanja, nema razloga misliti da bi zaraza COVIDOM-19 bila teža ili izglednija. Ova informacija se također odnosi na inače zdrave ljude s manjim plućima, primjerice radi skolioze.

## **IMAO SAM PNEUMOTORAKS (KOLABIRANA PLUĆA), IMAM LI ZBOG TOGA VEĆI RIZIK OD ZARAZE COVIDOM-19? POSTOJI LI VEĆA ŠANSA DA DOBIJEM PNEUMONIJU?**

Ne, osim ako ne bolujete od drugih kroničnih bolesti. Pneumotoraks se može javiti kod potpuno zdravih osoba, pa stoga nemate veći rizik od drugih osoba. Ako je Vaš pneumotoraks komplikacija KOPB-a, cistične fibroze ili drugih plućnih bolesti, onda zbog tih drugih bolesti imate veći rizik.

## **IMAO SAM PNEUMOTORAKS (KOLABIRANA PLUĆA), HOĆE LI MOJA PLUĆA OPET KOLABIRATI AKO SE ZARAZIM COVIDOM-19?**

Nema dokaza za to. Pneumotoraks je rijetka komplikacija virusnih infekcija i nema dokaza da Vas prethodni pneumotoraks dovodi do većeg rizika, osim ako nemate drugu plućnu bolest.

## VENTILACIJA

### BRINE ME NEDOSTATAK RESPIRATORA. MOŽETE LI PREPORUČITI BILO KOJI KOJEG MOGU KORISTITI KOD KUĆE?

Terapiju respiratorom može pružiti samo izučeni stručnjak i nije nešto što bi trebalo nabaviti i koristiti bez stručnog nadzora.

### IMAM OPSTRUKTIVNU APNEJU U SPAVANJU I KORISTIM CPAP, IMA LI NEŠTO NA ŠTO BIH TREBAO PRIPAZITI, A VEZANO JE UZ COVID-19?

Trebate nastaviti svoje liječenje normalno kao i do sada.

### IMAM NEKOLIKO BOLESTI I KORISTIM CPAP PREKO NOĆI. BRINEM SE DA AKO ME HOSPITALIZIRAJU, ZBOG DRUGIH STANJA, VENTILACIJA MOŽE BITI PRIORITET ZA NEKOGA TKO JE ZDRAVIJI. ŠTO MI JEČINITI?

Budite uvjereni da velika većina ljudi koji dobiju infekciju COVIDOM-19 ne zahtijeva ventilaciju. Većina ljudi ima blagu virusnu bolest (sličnu prehladi) i potpuno se oporavi. To uključuje ljude koji imaju druge bolesti u podlozi.

Bolnice diljem Europe opskrbljuju se dodatnim respiratorima kako bi se osiguralo da što veći broj pacijenata može dobiti ventilaciju ukoliko je potrebno.

Najvažnije što možete učiniti je uložiti sve napore kako ne biste dobili virus. To znači stroge mjere društvenog distanciranja. Za sada biste trebali što više smanjiti kontakt s osobama izvan Vašeg domaćinstva i provoditi stroge higijenske mjere uz:

- Izbjegavanje kontakta s nekim tko ima simptome koronavirusa (COVID-19). Ovi simptomi uključuju visoku temperaturu i / ili novi i kontinuirani kašalj.
- Izbjegavanje uporabe javnog prijevoza kad god je to moguće.
- Rad od kuće, ako je to moguće. Vaš poslodavac trebao bi Vas podržati u tome.
- Izbjegavajte velika i mala okupljanja u javnim prostorima, s tim da će barovi, restorani, centri za zabavu i slična mjesta vjerojatno biti zatvorena jer se infekcije lako šire u zatvorenim prostorima u kojima se ljudi okupljaju.
- Izbjegavanje druženja s prijateljima i obitelji. Ostanite u kontaktu koristeći tehnologiju poput telefona, interneta i društvenih medija. Upotrijebite telefonske ili internetske usluge da biste kontaktirali svog liječnika opće prakse ili druge osnovne usluge.

## **KORISTIM NEINVAZIVNU VENTILACIJU (NIV). ŠTO TREBAM UČINITI AKO SE ZARAZIM?**

Većina bolesnika s COVIDOM-19 ima samo blage simptome, uključujući vrućicu i kašalj. To vrijedi i za pacijente koji koriste NIV. Ovisno o medicinskim indikacijama za NIV, vjerojatnije je da ćete razviti teške simptome, uključujući dispneju (kratkoća daha) ili hipoksemiju (niska razina kisika u krvi). Ako se simptomi pogoršaju, što prije se obratite liječniku.

Također, ako vam je dijagnosticiran COVID-19, vjerojatnije je da ćete zaraziti druge ljude tijekom upotrebe NIV-a, posebno zbog ispuštanja zraka oko istog. Visoki protok koji stvara ventilator može distribuirati virusne čestice u području oko pacijenta. Razgovarajte o dodatnim zaštitnim mjerama s liječnikom.

## **KORISTIM UREĐAJ ZA POTPOMOGNUTO DISANJE (UPUHIVANJEM ZRAKA KONTINUIRANIM POZITIVNIM TLAKOM U DIŠNE PUTOVE) (CPAP) - ŠTO TREBAM UČINITI AKO SE ZARAZIM?**

Većina bolesnika s COVIDOM-19 ima samo blage simptome, uključujući vrućicu i kašalj. To vrijedi i za pacijente koji koriste CPAP.

Ako vam je dijagnosticiran COVID-19, vjerojatnije je da ćete zaraziti druge ljude dok koristite CPAP. Visoki protok koji stvara ventilator može distribuirati virusne čestice u području oko pacijenta. Razgovarajte o dodatnim zaštitnim mjerama s liječnikom.

## **KORISTIM INVAZIVNU MEHANIČKU VENTILACIJU ŠTO TREBAM UČINITI AKO SE ZARAZIM?**

Većina bolesnika s COVIDOM-19 ima samo blage simptome, uključujući vrućicu i kašalj. To vrijedi i za pacijente koji koriste invazivnu mehaničku ventilaciju. Ovisno o medicinskim indikacijama za invazivnu ventilaciju, vjerojatnije je da ćete razviti teške simptome, uključujući dispneju ili hipoksemiju. Ako se simptomi pogoršaju, što prije se obratite liječniku.

Također, ako vam je dijagnosticiran COVID-19, vjerojatnije je da ćete zaraziti druge ljude dok koristite mehaničku ventilaciju, posebno curenje zraka oko traheostome. Visoki protok koji stvara ventilator može distribuirati virusne čestice u području oko pacijenta. Razgovarajte o dodatnim zaštitnim mjerama s liječnikom.