

NMOSD i Covid-19 pandemija

Dragi prijatelji,

30. ožujak, 2020

Nadamo se da ste svi dobro, i da se dobro nosite sa svim izazovima koje sobom nosi COVID-19 pandemija. Obzirom na to da se informacije mijenjaju od dana do dana, želimo se obratiti ovim putem široj NMOSD javnosti, da bismo vam pomogli bar nekim odgovorima na mnoga pitanja koja, vjerovatno, imate. Iako naša Fondacija ne pruža konkretne kliničke savjete, niti donosi zdravstvene odluke, nadamo se da će odgovori na ovih 10 čestih pitanja pomoći svim NMOSD pacijentima da budu bolje informisani, i time da donesu bolje odluke sa svojim doktorima.

1. Koja je razlika između SARS-CoV-2 i COVID-19? SARS-CoV-2 je ime specifičnog koronavirusa koji uzrokuje ovu pandemiju. COVID-19 je ime bolesti koju ovaj virus uzrokuje. Akronim COVID-19 potiče od: **CO** = corona + **VI** = virus + **D** = disease (bolest) + **19** = 2019.

2. Da li NMOSD povećava moj rizik oboljenja od SARS-CoV-2? Za sada, nema podataka da NMOSD povećava rizik zaraze ovim virusom. Ključno je izbjegavati izlaganje virusu (pogledati niže).

3. Da li COVID-19 povećava rizik od NMOSD pogoršanja? Mada ne postoji konkretan dokaz da infekcija uzrokuje pogoršanje NMOSD, moguće je da stanja upale, poput infekcija, povećavaju rizik od NMOSD pogoršanja. Da bi se taj rizik snizio, koristite mjere za sprječavanje zaraze (pogledati niže).

4. Da li COVID-19 povećava rizik drugih zaraza? U slučaju nekih virusnih infekcija, poput gripa, do 65% oboljelih ima druge, sekundarne infekcije od bakterija ili fungi. Ovo se dešava i češće među ljudima koji uzimaju lijekove koji snižavaju imunitet. Niži rizik sekundarnih infekcija u COVID-19 nije dokazan.

5. Trebam li da nastavim sa NMOSD terapijom tokom COVID-19 pandemije? [Američki Centri za Kontrolu i Prevenciju Oboljenja \(CDC\)](#) i [Američki Koledž Reumatologije \(ACR\)](#) nude sugestije po ovom pitanju. Ove organizacije savjetuju pacijente da donesu ove odluke zajedno sa svojim doktorima, uzimajući u obzir sve faktore. U suštini, CDC i ACR ne vide razloga da pacijenti mijenjaju normalni režim svog tretmana. Zaustavljanje tretmana može da poveća rizik NMOSD pogoršanja, time vodeći do odlaska u bolnicu, te i izlaganju SARS-CoV-2 virusu. Preporuke CDC ili ACR se mogu promijeniti, pa zato konsultujte vašeg NMOSD neurologa za detalje.

6. Što da radim ako imam simptome zaraze? Ako imate temperaturu, kašalj, bol u grlu, oteknute limfne žlijezde, crvene oči, ako vam curi nos ili imate druge simptome disajne ili druge infekcije, obratite se vašem neurology što prije. Mogu vas testirati za druge zaraze (poput gripa) za koje postoje lijekovi. U svakoj infekciji, rana detekcija i tretman vode najboljim ishodima.

7. Što da radim ako dobijem simptome NMOSD pogoršanja? Ako imate nove simptome NMOSD pogoršanja, (promjenu vida, slabost ili gubljenje osjećaja u rukama ili nogama, probleme sa mokrenjem ili stolicom itd.) obratite se vašem neurology što prije. Brza i tačna dijagnoza NMOSD pogoršanja vodi najboljoj njezi.

8. Kako da ostanem zdrav(a) i izbjegnem COVID-19?

- ☑ **Oprez u životu:** Dobra higijena, lično udaljevanje i [CDC mjere za sniženje rizika zaraze](#).
- ☑ **Zdrava hrana:** Jedite hranjivu dijetu, perite voće i povrće, izbjegavajte nekuhano meso i jaja.
- ☑ **Dobar san:** Odmarajući san nastupa kasnije u toku noći, obično nakon 6 ili više sati spavanja.
- ☑ **Ne pušite:** Infekcije disajnih puteva utiču na pluća. Ne pušite za zadržavanje vas i drugih.
- ☑ **Budite otporni:** Prilagodite se promjenama koje su postale dio svakodnevnice u COVID-19.
- ☑ **Budite optimista:** I COVID-19 pandemija će da prodje. Do tada, budite strpljivi i ne gubite nadu.

9. Mogu li više da naučim o NMOSD i poboljšanju kvaliteta života? [GJCF sajt](#) nudi mnogo resursa za pacijente, njihove porodice, i zdravstvene radnike na temu poboljšanja kvaliteta života.

10. *Da li GJCF nudi konkretne zdravstvene preporuke?* Fondacija ne pruža konkretne kliničke savjete. Nadamo se da će vam i vašem doktoru odgovori na ovih 10 čestih pitanja pomoći da donesete najbolje odluke za vas.