

ЗАХОДИ З ПРОФІЛАКТИКИ ПІД ЧАС ПАНДЕМІЇ COVID-19

Линок Т. В., студ. (гр. ХМ-71, ХТФ КПІ ім. Ігоря Сікорського)

Анотація. Незважаючи на те, що респіраторні віруси є одним із найпоширеніших чинників загострення астми, не всі ці віруси впливають на пацієнтів однаково. Немає вагомих доказів того, що пацієнти з астмою мають вищий ризик серйозно захворіти COVID-19.

Однак на даний момент дуже важливо, щоб пацієнти, які страждають на астму, підтримували свої контрольовані препарати, починаючи від інгаляційних кортикостероїдів і закінчуючи біопрепаратами, не роблячи жодних коригувань дози самостійно та не припиняючи лікування. Щодня з'являються нові дані, які швидко оновлюють наше розуміння цього нового коронавірусу.

Ключові слова: астма, сезонна алергія, симптоми, вірус, COVID-19.

Abstract. Although respiratory viruses are one of the most common causes of asthma exacerbations, not all of these viruses affect patients equally. There is no strong evidence that patients with asthma are at higher risk for COVID-19.

However, it is currently very important that patients with asthma maintain their controlled medications, ranging from inhaled corticosteroids to biologics, without making any dose adjustments on their own and without stopping treatment. New data is emerging every day that is rapidly updating our understanding of this new coronavirus.

Keywords: asthma, seasonal allergies, symptoms, virus, COVID-19.

Вступ. Для тих, хто страждає на астму, контроль за вашим щоденним здоров'ям та підтримання контрольних умов є ключовими компонентами забезпечення безпеки в цей час. Якщо у вас з'являються такі симптоми, як кашель і задишка, може бути складно дізнатися, чи страждаєте ви на астму, алергію чи потенційний вірус.

Хоча ми ще не знаємо про вплив коронавірусу на хворих на астму, уникання інфекції та регулярне спілкування з лікарем є надзвичайно важливими. Ваш лікар може допомогти вам зорієнтуватися в усіх ваших проблемах. Радимо вам спочатку звернутися до свого звичайного лікаря, перш ніж звертатися до відділення невідкладної допомоги. Чим швидше ви звернетесь до свого лікаря, тим швидше він допоможе вам виявити будь-які проблеми, перш ніж вони стануть серйозними, і утримають вас від госпіталізації до закладів, де потенційно підвищений ризик зараження COVID-19 [1].

Мета. Допомогти виявити симптоми астми та алергії; відрізнити їх від симптомів COVID-19; сприяти спілкуванню з лікарем.

Методики, матеріали і результати досліджень. План дій щодо астми допомагає пацієнтам підтримувати контроль над своєю астмою, мінімізуючи ризик нападів астми, які вимагають термінової медичної допомоги. Якщо у вас

є план дій щодо астми, вам слід його дотримуватися. Якщо у вас його немає, попросіть лікаря вам його [2].

Типовий план розбитий на три кольорові "зони":

Зелена зона:

- дихання добре;
- відсутність кашлю та хрипів;
- спите всю ніч без симптомів.

Ви можете працювати, грати і займатися спортом без симптомів. Якщо ви почуваетесь добре, слід продовжувати звичні щоденні ліки

Жовта зона – будьте обережні:

- перші ознаки застуди;
- вплив відомих збудників астми;
- кашель, легкий хрип, стискання в грудях, кашель вночі.

Якщо ви відчуваєте ці симптоми, вам може бути запропоновано збільшити кількість домашніх ліків або частіше користуватися екстреним інгалятором. Якщо ви не впевнені, зверніться до лікаря.

Червона зона – небезпека:

- ваша астма швидко погіршується, а ліки не допомагають;
- ваше дихання важке і прискорене;
- у вас проблеми з розмовою;
- у дітей при диханні можуть відображатися ребра.

Якщо ви перебуваєте в червоній зоні, негайно зверніться до лікаря. Не чекай. Якщо вам не вдається зв'язатися з лікарем, зверніться до найближчого відділення невідкладної допомоги.

Як відомо, сильні емоції викликають напади астми. Якщо ви переживаєте пригніченість, стрес або стурбованість вірусом COVID-19, будь ласка, поговоріть зі своїм медичним працівником про додаткові ресурси, які можуть допомогти вам керувати нападами [3].

Астма також часто провокується алергією. Сезонна алергія може мати подібні симптоми з вірусними захворюваннями, такими як нежить, чхання та закладеність [4]. Незважаючи на те, що існують деякі подібні симптоми інфекційної та неінфекційної хвороби, інфекція часто викликають лихоманку, тоді як при алергії її немає [5].

Якщо у вас алергія на пилок, яка починається навесні, вам слід почати лікування зарання. Не чекайте, коли кількість пилку зросте і ваші симптоми погіршаться. Ранній початок лікування допоможе вам не тільки покращити самопочуття протягом усього сезону алергій, створивши фору, але це також може звести до мінімуму типові симптоми алергії, які можна сплутати з вірусною інфекцією, такою як COVID-19 [6].

Якщо ви не впевнені, чи є у вас сезонні алергії або не знаєте, як їх лікувати, поговоріть зі своїм лікарем або призначте обстеження у алерголога.

Висновок. Рекомендації для людей, хворих на астму, під час цієї пандемії – продовжувати робити те, що робили весь час - приймати ліки контролера та повідомити свого медичного працівника про будь-які симптоми, які виникли. І

звичайно, пам'ятати про соціальну дистанцію, носити захисні маски та мити руки.

Науковий керівник: Полукаров Ю. О., канд. техн. наук, доц. (каф. ОППЦБ КПІ ім. Ігоря Сікорського)

Література

1. Worldometer. COVID-19 coronavirus pandemic. 2020 [cited 2020 May 15]. Available from: <https://www.worldometers.info/coronavirus/>.
2. Sanders JM, Monogue ML, Jodlowski TZ, Cutrell JB. Pharmacologic treatments for coronavirus disease 2019 (COVID-19): a review. JAMA. 2020;323(18):1824–36.
3. Lupia T, Scabini S, Mornese Pinna S, Di Perri G, De Rosa FG, Corcione S. 2019 novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak: a new challenge. J Glob Antimicrob Resist. 2020 Mar;21:22–7.
4. Yang J, Zheng Y, Gou X, et al. Prevalence of comorbidities and its effects in coronavirus disease 2019 patients: a systematic review and meta-analysis. Int J Infect Dis. 2020;94:91–5.
5. Fang L, Karakiulakis G, Roth M. Are patients with hypertension and diabetes mellitus at increased risk for COVID-19 infection? Lancet Respir Med. 2020 Apr;8(4):e21.
6. Halpin DM, Faner R, Sibila O, Badia JR, Agusti A. Do chronic respiratory diseases or their treatment affect the risk of SARS-CoV-2 infection? Lancet Respir Med. 2020 May;8(5):436–8.