



Pacientët me sëmundje reumatike dhe pandemia COVID-19- propozime e këshilla

Në tërë botën duke përfshirë edhe Kosovën, ka një numër shumë të madh të pacientëve me sëmundje reumatike. Llogaritet se në shkallë botërore, e edhe në Kosovë ¼ e pacientëve janë me sëmundje reumatike.

Nga katër grupet e këtyre sëmundjeve (Inflamatore, degjenerative, rreth artikulare dhe sëmundjet e reumatizmit palindrom), pacientët me sëmundje inflamatore janë pacientë me sistem imunitar më të dobësuar.

Këtu numërohen pacientët artrit reumatoid, lupus eritematoz sistemik, sklerozë sistemike progresive, sëmundje të përziera të indit lidhor, vaskulitet, sindroma a thatësisë (sindroma sicca) si dhe pacientët me spondilit ankilozant, artrit reaktiv, psorioatik dhe artrit enteropatik.

Të gjithë këta pacientë janë me sistem imunitar (mbrojtës) të dobësuar, ngase këtë dobësim e sjell vet sëmundja me hallkat e veta inflamatore (në shumicën e rasteve autoimune), si dhe pastaj këtë dobësim mund ta mbajnë edhe barnat të cilat pacientët i marrin për trajtimin e këtyre sëmundjeve.

Këto barna quhen barna antireumatike modifikuese të sëmundjes (ang. DMARD-s) e këtu numërohen: Metotreksati, Leflunamide, Sulfasalazina, Azatioaprina, Ciklosporina pastaj barnat tjera imunosupresive si Ciklofosfamidi, Mikofenolat mofetili, Glykokortikoidet si dhe terapia biologjike.

Shumë shoqata përfshirë Shoqatën Europiane të Reumatologjisë-EULAR, Shoqatën Britanike për Reumatologji-BSR dhe Kolegji Amerikan i Reumatologjisë-ACR kanë lëshuar udhëzime për COVID-19, si për pacientët ashtu edhe për ofruesit e ndihmës për këta pacientë.

Sëmundja e koronavirusit 2019 (COVID-19), e karakterizuar nga pamjaftueshmëria e rëndë akute e frymëmarrjes u karakterizua si një pandemi nga Organizata Botërore e Shëndetsisë.

Në mesin e popullatave që ka të ngjarë të rrezikohen më shumë nga zhvillimi i rëndë me infeksionet COVID-19, janë pacientët me sëmundje reumatike, duke përfshirë ata me lupus, artritin reumatoid, sklerodermën, sëmundja e padiferencuar e indit lidhor, dhe vaskulitin. Këtu

hyjnë edhe pacientët me spondilit ankilozant, artrit reaktiv, artrit psoriatik, artrit enteropatik por edhe pacientët me sëmundje degjenerative të cilët për shkak të moshës së shtyer, kanë edhe sëmundje tjera kronike të zemrës, mushkërive, traktit tretës, urinar, sëmundja e sheqeri etj.

Dobësimi i sistemit mbrojtës të këta pacientë vjen edhe nga dëmtimet e veshkëve, të zemrës e mushkërive e edhe sistemeve të tjera të organizmit ngase këto sëmundje janë me veprim në tërë organizmin (sëmundje sistemike).

Rrjedhimisht sa më shumë sëmundja që ka një pacientë, nëse ai preket nga infekcioni COVID-19, rreziku për jetën e tij është më i madh.

Edhe medikamentet për menaxhimin e këtyre sëmundjeve janë të njohura që janë me veprim immunosupresiv, duke i bërë pacientët më të prekur ndaj infeksionit me viruse si koronavirusi. Ekspertët propozojnë që mjekët duhet të kenë më shumë kujdes me këta pacientë, ngase janë pacientët më të rrezikuar për infeksione me COVID-19.

Këshillat për pacientët reumatologjik në këtë situatë janë:

1. Që pacientët me sëmundje reumatike inflamatore të mbajnë konsultat e rregullta me mjekun e vet reumatolog qoftë me vizitë, telefon, email apo edhe në mënyra tjera.
2. Ende nga asnjë shoqatë respektabile nuk ka vendime të prera si të veprohet me barna immunosupresive, por kjo gjithnjë duhet të vendoset nga mjeku reumatolog.
3. Në rast të aktivitetit të ulët të sëmundjes inflamatore mund të kalohet në zvogëlim të dozave të barnave immunosupresive, por jo edhe në ndërpreje të tyre, ngase edhe rritja e aktivitetit inflamator të sëmundjes është edhe më e rrezikshme për dobësim të sistemit mbrojtës.
4. Në rast se ju keni rezervuar një takim me mjekun apo reumatologun, do të ishte e mençur të pyesni, se kjo është thelbësore, që të dish si të veprosh me terapinë tënde e ai do të vendos në bazë të parametrave tuaj klinik dhe infektiv të mundëshëm.
5. Ndërkohë, nëse nuk është bërë tashmë, do të ishte e mençur të ndërmerri ose të bëni mbrojtje të plotë për vaksinimin sipas rekomandimeve të EULAR ose udhëzimeve kombëtare, për momentin, me përparësi kundër gripit, por edhe kundër kollës së mirë apo pneumokokut gjithmonë nëse nuk keni ndonjë infeksion.
6. Nëse keni simptoma të tilla si ethe ose kollë e vazhdueshme, mund t'ju duhet të testoheni për koronavirus prandaj lajmërohuni në tel 038 200 80 800
7. Nëse jeni pozitiv në COVID-19 ju do të trajtoheni, e pjesë e trajtimit do të jetë edhe konsulta me specialistin Reumatolog.

Përveq këtyre këshillave ju duhet që të mbani edhe veprimet e mëposhtme që do të ndihmojnë për të ruajtur shëndetin tuaj dhe atë të familjes dhe miqëve tuaj:

- a) Lani duart shumë dhe rregullisht për të paktën 20 sekonda duke përdorur sapun dhe ujë.
- b) Duart pastaj thani tërësisht me peshqir personal apo me faculetë letre të cilën pastaj hudheni në koshin e mbyllur të mbeturinave

- c) Asesi mos prekni fytyrën tuaj.
- ç) Kollitja ose teshtitja duhet të jetë në bërryl ose letër higjienike dhe kjo e fundit duhet të hidhet në mënyrë të sigurt.
- d) Vendosni një maskë kur jeni sëmurë nga çfardo sëmundje e mundëshme, në rast të çdo dalje jashtë ambientit tuaj shtëpiak.
- dh) Ju duhet të dini se maska nuk mund të parandalojë plotësisht transmetimin e virusit, por është një kujdes i mirë për të mos prekur fytyrën tuaj dhe shërben për të paralajmëruar të tjerët se mund të mos jeni mirë.
- e) Praktikoni distancën e ndjeshme sociale gjithmonë, veçanërisht nga njerëzit që duket se janë të sëmurë, p.sh kanë: Kollitje, teshtitja ose temperaturë e frymënxënje.
- ë) Ne duhet të përshëndesim njëri-tjetrin pa shtrënguar duart dhe të shmangim përqafimet.
- f) Mundohuni të shmangni transportin publik të ngarkuar dhe në grupe të mëdha njerëzish.
- g) mos filloni udhëtimin e panevojshëm në këtë kohë .

Mjekët që kanë para vete një pacient me sëmundje reumatologjike sidomos me sëmundje inflamatore duhet të jenë të vëmendshëm ngase para vete kanë një pacient më të rrezikuar nga sëmundja COVID-19.

Ky pacient mund të ketë një reaktion më të ulët, e më të ngadalshëm në infektionin COVID-19.

Ai mund të ketë nga sëmundja reumatologjike numër më të ulët të leukociteve.

Nga kjo ai mund të jetë edhe me temperaturë normale edhe pse ka një infeksion COVID-19 dhe gjithmonë duhet të jetë në një vëmendje më të madhe.

Prof.Asoc.Ismet H.Bajraktari,
Profesor i Mjekësisë Interne-Reumatologjisë
Sekretar i Asociacionit Kosovar për Osteoporozë
rr.Prekazi bll.3/ H IV. Nr.5
Qendra Klinike Universitare e Kosovës
Klinika e Reumatologjisë.
Drejtor i Institutit për hulumtime shkencore
Alma Mater Europea Campus College Rezonanca
Prishtina 10000
Kosovë
Tel: +377 44 259016
dr.ismeti@hotmail.com