

GYAKRAN ISMÉTELT KÉRDÉSEK

Szívbetegek vagy azon páciensek részére, akiknek az esetében a COVID-19 pandémia idején fennáll a szívinfraktus, illetve a szélütés veszélye.

Ez az oldal nemzetközi egészségügyi hatóságok és orvosszervezetek hasznos tanácsait gyűjti össze. Az Ön kezelését illető kérdésekkel kérjük, forduljon a kezelőorvosához!

ÁLTALÁNOS JELLEGŰ KÉRDÉSEK

SZÍVBETEGSÉGEM VAN

Jobban ki vagyok téve a COVID-19-fertőzésnek, mint olyasvalaki, akinek nincs szívbetegsége?

Nem – bárki elkaphatja a fertőzést. Azok viszont, akiknek van valamilyen meglévő szívbetegségük, nagyobb eséllyel válnak tünetessé, illetve az ő esetükben súlyosabb lefolyású lehet a fertőzés, mint másoknál.¹

A legtöbben, akik eddig elkapták a COVID-19-et, enyhe lefolyású vírushordozásnak estek át, amely torokfájással, köhögéssel, izomfájdalommal és lázzal jár, néhányuk esetében azonban (kb. 5%) alsólégúti fertőzés/tüdőgyulladás alakult ki. Jelenleg nem tudjuk biztosan, hogy a szívbetegéknél nagyobb eséllyel alakul-e ki mellkasi fertőzés a COVID-19 következtében, de valószínűsíthető, hogy igen, az ő esetükben ugyanis más vírusok, például az influenza is, okozhatnak alsólégúti fertőzést.¹

SÚLYOSABBÁK LESZNEK A TÜNETEIM?

A súlyos COVID-19-tünetek kialakulásának esélye minden szívbeteg esetében hasonló?

A megfertőződés módja mindenki esetében azonos. A vírus cseppfertőzéssel terjed a levegőben, amikor egy fertőzött személy köhög, tüsszent vagy beszél, illetve fertőzött felületek megérintése által is, hiszen a vírus órákig, akár napokig képes életben maradni olyan felületeken, mint egy asztal vagy kilincs.¹

Amint a vírus bekerül a szervezetbe, közvetlen károsodást idéz elő a tüdőben, és gyulladással válaszreakciót vált ki, ami kétféle módon terheli meg a szív- és érrendszert. Egyrészt a tüdő megfertőződése nyomán esik a véroxigénszint, másrészt pedig a vírusra adott gyulladással reagál

vérnyomáscsökkenést is előidéznek. Ilyen esetekben a szívnek gyorsabban és erőteljesebben kell vernie, hogy oxigénnel tudja ellátni az életfontosságú szerveket.

A következő betegcsoportok esetében különösen nagy kockázattal jár a fertőzés:

- Azok a szívbetegség nagyobb eséllyel kapják el a vírust, akik egyben immunszuppressziós kezelésben részesülnek, például a transzplantált betegek, kemoterápiában vagy kiterjesztett sugárterápiában részesülő onkológiai betegek, leukémiában vagy limfómában szenvedő betegek. Az ő esetükben nagyobb a potenciálisan végzetes szövődmények kialakulásának kockázata is.³
- Egyéb nagy kockázatú csoportok az idősek és a legyengült állapotban lévő egyének, valamint azok a várandós nők, akiknek van valamilyen járulékos kardiovaszkuláris betegségük.³
- A szívelégtelen, illetve dilatatív vagy előrehaladott aritmogén jobbkamrai kardiomiopátiában szenvedő, valamint a veleszületett cianotikus szívbetegséggel élő betegek vannak kitéve a legnagyobb veszélynek.
- Az obstruktív hipetrófiás kardiomiopátiában szenvedők szintén a nagy kockázatú csoportba sorolhatók.

Jelenleg nincs arra utaló tudományos bizonyíték, hogy a vírus megfertőzné az olyan beültethető készülékeket, mint a pacemaker vagy a kardioverter-defibrillátor, vagy hogy szívbillentyűbetegség esetében fertőző szívbélhátgyulladás okozna.

BRUGADA-SZINDRÓMÁM VAN

Vannak-e olyan különleges óvintézkedések, amelyeket követnem kell?

A Brugada-szindrómás betegek esetében különösen fennáll a végzetes szívritmuszavarok veszélye, ha a testhőmérsékletük meghaladja a 39°C-t. E betegek esetében tehát agresszív lázcsillapítást kell alkalmazni paracetammal és hideg/langyos vízzel történő szivacsos mosdatással („priznic”).

PITVARFIBRILLÁCIÓM VAN

Nagyobb veszélyt jelent rám a COVID-19?

A pitvarfibrilláció önmagában nem növeli a fertőzés veszélyét. Mindazonáltal sok pitvarfibrillációban szenvedő beteg idős, illetve társbetegségeik is vannak, úgymint szívelégtelenség, magas vérnyomás és diabétesz, amelyeknek következtében nagyobb eséllyel alakul ki náluk súlyos lefolyású betegség. Minden betegnek javasoljuk, hogy kövesse az általános megelőző instrukciókat, mint például a távolságtartás és a rendszeres, alapos kézmosás.¹³

OKOZHAT A COVID-19 SZÍVPROBLÉMÁKAT?

Azt olvastam, hogy a COVID-19 előidézhet olyan szívproblémákat, mint a szívinfarktus vagy a szívritmuszavar, igaz ez?

A vírus gyulladós hatásainak alapján elméletben fennáll az a kockázat, hogy a vírusfertőzés kiválthatja az atheroszklerotikus plakk (zsírlerakódások) leválását a koronáriákban, ami akut koronáriaszindrómához (szívinfraktus) vezethet. Ha súlyos mellkasi tüneteket tapasztal koronavírus-fertőzés során, azonnal kérjen orvosi segítséget!

A súlyos sokszervi gyulladások súlyosbíthatják a szívritmuszavarokat, bizonyos esetekben akár pitvarfibrillációt is kiválthatnak.

A vírusfertőzés okozta akut gyulladás ronthatja mind a szív-, mind a vesefunkciót.

E problémák megelőzésének érdekében azonban semmit sem tehetünk. Kövesse nagyon szigorúan a megfertőződést megelőző tanácsokat, úgymint távolságtartás, illetve, ami még jobb, önkarantén és rendszeres kézmosás stb.

CUKORBETEGSÉGEM ÉS/VAGY MAGAS VÉRNYOMÁSOM VAN

Nagyobb veszélyben vannak-e a cukorbeteg és/vagy magas vérnyomásban szenvedő szívbetegek?

Kínai adatok alapján, ahol a betegség először megjelent, úgy tűnik, hogy a betegségben elhunytak, illetve a súlyos lefolyású esetek jelentős százaléka rendelkezett valamilyen társbetegséggel, úgymint diabétesz és magas vérnyomás. Egyelőre nem tisztázott ennek pontos oka. Valószínűsíthető azonban, hogy mind a magas vérnyomás, mind a cukorbetegség nagy százalékban vannak jelen az általános népesség 70 év fölötti korcsoportjában, ahol a COVID-19 halálozási aránya a legmagasabb.

Megjelent egy tanulmány, amely ezt a megfigyelést összeköti a magas vérnyomás kezelésére gyakran alkalmazott angiotenzin-konvertáló enzim (ACE) gátlók és az angiotenzin II receptor-blokkolók (A2RB/ARB) használatával.⁷ Fontos azonban hangsúlyozni, hogy ez egyelőre csupán egy elmélet, amelyet egyelőre nem bizonyítottak. A főbb tudományos társaságok, mint az Európai Kardiológiai Társaság, a Brit Kardiológiai Társaság és az Amerikai Szívtársaság mind azt javasolják, hogy a betegek továbbra is szedjék ezeket a gyógyszereket (hisz jótékony hatásuk már egyértelműen igazolt), miközben a magas vérnyomásban vagy cukorbetegségben szenvedők esetében folyamatosan követni szükséges a betegség lefolyását.^{8,9}

SZÍVIZOMGYULLADÁSOM (MIOKARDITISZ) VAGY SZÍVBUROKGYULLADÁSOM (PERIKARDITISZ) VAN

Megjelentek olyan hírek, melyek szerint a COVID-19 miokarditist vagy perikarditist okozhat – nagyobb veszélyben vagyok-e, ha korábban már átestem e betegségek valamelyikén?

Jelenleg nincs arra utaló bizonyíték, hogy egy korábban miokarditisen vagy perikarditisen átesett személyre nagyobb veszélyt jelentenek a COVID-19 súlyos szövődményei. Ismert azonban, hogy bizonyos esetekben a miokarditisz vissza-visszatérhet. Jelenleg nincs arra vonatkozó bizonyíték, hogy a COVID-19-ért felelős vírus közvetlenül megfertőzné a szívet, azonban a fertőzés kiváltotta akut gyulladásos válaszreakció ronthatja a szív működést és súlyosbíthatja a szívelégtelen betegek tüneteit.

SZÍVBETEGSÉGEM VAN

A szívbetegek nagyobb eséllyel hálnak bele a COVID-19-be?

Eddigi ismereteink alapján az időskor és a társbetegségek jelenléte – beleértve a szívbetegségeket is – képezik a halálos lefolyás fő rizikófaktorait. Ugyanakkor igen fontos hangsúlyozni, hogy a legtöbb beteg, még azok is, akik valamilyen szívbetegségben szenvednek, enyhe lefolyású fertőzésen esnek át, és teljesen felépülnek.

COVID-19-TÜNETEIM VANNAK

Mikor kérjek orvosi segítséget, ha meglévő szívbetegségem van, és megfertőződöm?

Ha arra gyanakszik, hogy COVID-19-fertőzése van, mérlegelje, otthon elláthatónak tartja-e a tüneteit. A láz kezelhető paracetammal.

Fontos: ha úgy érzi, nem tudja otthon megfelelően kezelni a tüneteit, különösen, ha légszomjat tapasztal, kérjük, forduljon orvoshoz!

Megjelentek olyan hírek, főleg a közösségi médiában, amelyek szerint bizonyos gyógyszerek, mint például a láz- és fájdalomcsillapításra használt ibuprofen (az ún. nem-szteorid gyulladáscsökkentők vagy NSAID-ok) súlyosbíthatják a COVID-19 lefolyását. A jelenleg elérhető információk alapján az Egészségügyi Világszervezet (WHO) és az Európai Gyógyszerügynökség (EMA) nem ellenjavallják az ibuprofen használatát, mivel pillanatnyilag nincs arra vonatkozó tudományos bizonyíték, amely az ibuprofennel hozná összefüggésbe a COVID-19 súlyosbodását. Ha bizonytalan, kérjük, kérdezze meg háziorvosát, hogy melyik a legbiztonságosabb a láz- és fájdalomcsillapító gyógyszer az Ön számára.

VÉDEKEZÉS

ALKALMAZZAK-E EGYÉB ÓVINTÉZKEDÉSEKET?

Tartsak-e be valamilyen további óvintézkedést, hogy csökkentsem a megbetegedés kockázatát, ha szívbeteg vagyok?

Kövesse az országa egészségügyi hatóságainak tanácsait – ezek országonként kisebb eltéréseket mutathatnak, az adott terület betegeinek aktuális számától függően.

Vannak azonban olyan óvintézkedések, amelyeket mindenkinek be kell tartania a kockázat csökkentése érdekében. Ha szívbetegsége van, a következő óvintézkedések különösen fontosak:

- Kerülje a fertőzötteket!
- Tartson 2m távolságot másoktól, amikor csak lehetséges.
- Mosson kezet rendszeresen és alaposan szappannal és vízzel, legalább 20 másodpercig.
- Ha köhög, takarja el a száját zsebkendővel, vagy köhögjön a könyökhajlatába.
- Ha tüsszent, takarja el az orrát zsebkendővel, vagy tüsszentsen a könyökhajlatába.
- Lehetőleg ne nyúljon a szeméhez, az orrához és a szájához.
- Törölje le rendszeresen fertőtlenítővel az olyan felületeket, mint a kilincsek, fogantyúk, autókormány, villanykapcsoló.
- Amennyire lehetséges, maradjon otthon, ha megoldható, dolgozzon is otthonról.
- Ha belázasodik (37.8°C vagy afeletti testhőmérséklet), köhög, vagy mellkasi fertőzésre utaló tünetei vannak, vonuljon karanténba.
- Bizonyos országokban ilyen esetben szigorúbb karantén szabályokat kell követnie.

MEGVÉD-E AZ INFLUENZAOLTÁS A COVID-19-TŐL?

Idén már megkaptam az influenza és a tüdőgyulladás elleni oltást, akkor védett vagyok a vírussal szemben?

Nem. A tüdőgyulladás elleni vakcinák, úgymint a pneumococcus vakcina vagy az influenzaoltás, nem nyújtanak védelmet az új típusú koronavírussal szemben.

Ez a vírus olyannyira új és más, hogy külön vakcinát kell ellene kifejleszteni.

Noha az influenza és a tüdőgyulladás elleni vakcinák nem hatékonyak a COVID-19-cel szemben, a főbb egészségügyi szervezetek, mint az Egészségügyi Világszervezet (WHO), az Ön egészsége védelme érdekében határozottan javasolják a légzőszervi betegségek elleni oltások felvételét.

VISELJEK MASZKOT?

Viseljek maszkot a vírus elleni védekezésül?

Számos európai országban immár kötelező a textilmaszk viselése például a tömegközlekedési eszközökön vagy bevásárláskor. Minden esetben tájékozódjon a helyi hatóságoknál az Önre vonatkozó szabályokat illetően.

Az Egészségügyi Világszervezet támogatja a textilmaszk (azaz a nem orvosi maszk) használatát, különösen olyan helyeken, ahol nem lehetséges a megfelelő távolság tartása, mint pl. tömegközlekedési eszközökön, boltokban és más zárt vagy zsúfolt helyeken. ¹⁴

A következő egyének esetében az Egészségügyi Világszervezet az orvosi maszk használatát javasolja¹⁴:

- Egészségügyi dolgozók
- Olyan betegek esetében, akik a COVID-19 tüneteit mutatják, vagy arra gyanakszanak, hogy elkapták a COVID-19-fertőzést, illetve COVID-19-betegeket gondoznak.
- A 60 év felettek és azok, akiknek valamilyen meglévő betegségük van (pl. cukorbetegség, magas vérnyomás, szívbetegség, tüdőbetegség, rák).

Fontos megjegyezni, hogy a maszkviselésnek együtt kell járnia egyéb kulcsfontosságú fertőzésmegelőző óvintézkedésekkel, úgymint a kézhigiénia és a távolságtartás, hiszen a maszk önmagában nem véd a COVID-19 ellen.

Az Egészségügyi Világszervezet számos más hasznos információt is közzétett a maszkviselésről, illetve a megfelelő hulladékkezelési eljárásokról. ¹¹

SZEDHETEK VITAMINOKAT VAGY MÁS ÉTRENDKIEGÉSZÍTŐKET?

Milyet szedjek? Megvédenek a COVID-19-től?

A vitaminkészítmények szedése nem védi meg a COVID-19-től.

Számos hatóanyag (többek között C-vitamin, hidrokinon, antivirális szerek) COVID-19-re gyakorolt hatását jelenleg is vizsgálják, de egyelőre nem áll rendelkezésre megbízható adat a hatékonyságukkal kapcsolatban.

Általánosságban javasolt a friss zöldségekben és gyümölcsökben gazdag étrend követése, nemcsak a COVID-19 idején, ezáltal ugyanis elősegíthetjük az immunrendszerünk optimális működését. A friss zöldségek és gyümölcsök a szükséges tápanyagok sokkal szélesebb skáláját tartalmazzák, mint a vitamintabletták. Következésképp jobb nagy mennyiségű friss zöldséget és gyümölcsöt fogyasztani, mint vitaminkészítményekkel kompenzálni a kiegyensúlyozott étrend hiányát.

Egyes esetekben azonban felléphet valamely specifikus vitamin vagy (mikro-)tápanyag hiánya.

Ilyen esetben a háziorvosa vagy kezelőorvosa fogja tanáccsal ellátni.

Ha vitaminkészítményeket szed, mindenképpen győződjön meg róla, hogy nem lépi túl az ajánlott napi mennyiséget. Bizonyos vitaminok károsodást is előidézhetnek, ha túl nagy dózisban szedi őket, egyes táplálékkiegészítők pedig negatív kölcsönhatásba léphetnek a szívgyógyszereivel.

ELKAPHATOM A COVID-19-ET A HÁZIÁLLATOMTÓL?

Jelenleg nincs arra vonatkozó bizonyíték, hogy az emberek elkaphatnák a betegséget a háziállatoktól, pl. macskáktól és kutyáktól.

TÖBBSZÖR IS EL LEHET KAPNI A COVID-19-ET?

Erre jelenleg még nem tudjuk a választ. A jelenleg elérhető kutatások szerint a legtöbb COVID-19-ből felépült beteg vérében antitestek termelődnek a vírus ellen. Nem világos azonban, hogy minden COVID-19-túlélő elég erős antitesteket termel-e ahhoz, hogy védettek legyenek egy újabb fertőzéssel szemben. Jelenleg is zajlik a kutatás, hogy jobban megértsük az antitestek működését és a COVID-19 elleni immunitást.¹⁵

Léteznek további olyan vírusok, mint például az influenza és a közönséges nátha, amelyeket többször is el lehet kapni, mert a vírusok idővel változnak, mutálódnak. Egy ideig még nem is fogjuk tudni, hogy ez érvényes-e a COVID19-re is.

Ha tehát már fel is épült a COVID-19 fertőzésből, kérjük, továbbra is tartsa be az általános óvintézkedést, mint a távolságtartás és a rendszeres, alapos kézmosás.

GYÓGYSZERSZEDÉS

MEGVÁLTOZTASSAM-E BÁRMELYIK SZÍVGYÓGYSZEREM DÓZISÁT?

A gyógyszereinek abbahagyása vagy a dózis megváltoztatása veszélyes lehet, és ronthat az Ön állapotán. Ezek a gyógyszerek igen hatékonyak a szívelégtelenség kezelésére és a magas vérnyomás kordában tartására, s így megelőzik a szívinfarktus vagy a szélütés és egyéb betegségek kialakulását. A kezelés orvosi javaslat nélküli bármilyen módosítása tehát igen nagy kockázatot jelenthet és súlyos szövődményekhez vezethet.

A médiában megjelentek olyan hírek, miszerint egyes, a magas vérnyomás kezelésére gyakran alkalmazott gyógyszerek (az ún. ACE-gátlók és az angiotenzin receptor-blokkolók) növelhetik a fertőzés veszélyét és súlyosbíthatják a koronavírus-fertőzés lefolyását. Ezeknek az állításoknak azonban nincs megalapozott tudományos hátterük, és semmilyen bizonyíték nem támasztja őket alá. Így tehát erőteljesen javallott, hogy továbbra is szedje az Önnek felírt vérnyomásszabályozó gyógyszereket.⁸

Azok a betegek, akik immunszuppresszív gyógyszereket szednek, például szívatültetés után, továbbra is szedjék a nekik felírt gyógyszereket. A dózis csökkentése az átültetett szív kilökődésének magas kockázatával jár.

Kérjük, továbbra is az előírt módon szedje a gyógyszereit. Ha kétségei vannak, kérjük, vegye fel a kapcsolatot az orvosával, és az orvosi konzultáció előtt semiképp ne változtasson gyógyszereinek adagolásán.

MIT KELL TUDNOM?

Megjelentek olyan hírek, hogy bizonyos COVID-19-betegek kezelésére használt gyógyszerek szívritmuszavart okozhatnak.

A hosszú QT-szindrómában szenvedőknek fontos meggyőződniük arról, hogy ha kórházba kerülnek, a kezelőorvosuk tudja, milyen szívbetegségük van. A hosszú QT-szindróma egy örökletes betegség, amely a szív elektromos jeleinek késedelmes továbbításával jár. Az ilyen betegekre következőképp igen nagy veszélyt jelent a szívritmuszavarok (rendszeretlen szívverés) kialakulása. Néhány kísérleti gyógyszer, melyeket jelenleg is tesztelnek a COVID-19 kezelésére, megnyújthatja a QT-időt, és bizonyos esetekben aritmiát okozhatnak. Ilyen gyógyszerek a klorokinin, amely egy a malária kezelésére alkalmazott gyógyszer, illetve az anti-retrovirális szerek.¹²

Továbbá vannak olyan gyógyszerek, amelyeket például a pitvarfibrilláció vagy a depresszió kezelésre használnak, és szintén megnyújthatják a beteg QT-intervallumát. Ezért igen fontos, hogy az orvosának tudomása legyen arról, milyen gyógyszereket szed.

Ha kórházi kezelésre szorul, kérjük, mindig legyen Önnél egy teljes és aktuális lista az Ön által szedett gyógyszerekről!

KELL-E AGGÓDNOM A GYÓGYSZERHIÁNY MIATT?

A hatóságok mindent megtesznek, hogy az alapvető gyógyszerek folyamatosan rendelkezésre álljanak. Aggodalomra nincs ok. Az Európai Gyógyszerügynökség folyamatosan ellenőrzi a helyzetet, és mindezidáig nem jelentett hiányt egyik alapvető gyógyszerből sem.

HA ELMEGYEK OTTHONRÓL

ELMENJEK A KORÁBBAN MEGBESZÉLT IDŐPONTJAIMRA?

Elkerüljem a rendelőket vagy kórházakat?

Ha az Önt kezelő kórház továbbra is fogad korábban egyeztetett időpontra érkező ambuláns betegeket, érdemes telefonon érdekelődni, hogy elmenjen-e az időpontjára. Sok helyen elhalasztják a kontrollidőpontokat, vagy lehetőség szerint telefonon, illetve online bonyolítják őket. Vannak azonban olyan betegségek, melyeknek esetében továbbra is szükségesek a személyes találkozók, és ezért nem szabad lemondania az időpontját a kezelőorvosával való egyeztetés nélkül.

BIZTONSÁGBAN VAGYOK, HA ELHAGYOM A LAKÁT/HÁZAT?

Ha elkerülöm a zsúfolt területelet, kimehetek a parkba vagy az utcára sétálni?

Igen. A vírust fertőzött személyektől lehet elkapni, így ha egyedül megy ki, az semmilyen veszélyt nem jelent. Az a fontos, hogy kerülje a kontaktust bárkivel, aki esetleg beteg lehet. A sokrésztvevős eseményeket Európa-szerte betiltották a fertőzés terjedésének megfékezése érdekében. Ha el kell mennie otthonról (pl. bevásárolni), kérjük, ügyeljen a 2 méteres távolságra.

TOVÁBBRA IS UTAZHATOK, ILLETVE HASZNÁLHATOM A TÖMEGKÖZLEKEDÉST?

Kérjük, kövesse az országa vagy a helyi hatóságok által kiadott irányelveket. Sok országban betiltottak minden olyan utat, amely nem feltétlenül szükséges, és megkérték az állampolgárokat, hogy maradjanak otthon. Sok helyütt a tömegközlekedés használatát sem javasolják, amennyiben lehetséges, illetve kéri, hogy tartson legalább 2 méter távolságot más utasoktól.

NAGYON SZORONGOK

Mit tehetek, hogy jobban érezzem magam?

Mindenkivel előfordul, hogy rátör a szorongás, arra is teszünk javaslatokat, hogyan lehet megbirkózni a pandémiát övező bizonytalansággal, amelyre pár hónappal ezelőtt még egyikünk sem volt felkészülve.

NE FELEDJE: A PANDÉMIA ALATT SE KÉSLEKEDJEN!

Ha gyorsan orvoshoz fordul, azzal megmentheti a saját életét – ilyenkor tényleg minden perc számít. A kórházak mindent el fognak követni, hogy biztonságos környezetben lássák el Önt.

Hivatkozások:

1. World Health Organization (WHO) Q&A on coronaviruses | 2. Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public: Myth busters | 3. European Centre for Disease Prevention and Control: Information on COVID-19 for specific groups: the elderly, patients with chronic diseases, people with immunocompromising condition and pregnant women. | 4. EMA gives advice on the use of non-steroidal anti-inflammatories for COVID-19 | 5. World Heart Federation (WHF): The link between COVID-19 and CVD | 6. COVID-19 and the cardiovascular system | 7. Are patients with hypertension and diabetes mellitus at increased risk for COVID-19 infection? | 8. Position Statement of the ESC Council on Hypertension on ACE-Inhibitors and Angiotensin Receptor Blockers | 9. British Heart Foundation: Coronavirus: what it means for you if you have heart or circulatory disease | 10. NHS: Stay at home advice | 11. Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public: When and how to use masks | 12. COVID-19: chloroquine and hydroxychloroquine only to be used in clinical trials or emergency use programmes | 13. WHO: How to handwash