

AUTOIMMUN BETEGEK: FOKOZOTT VESZÉLY

Teendők koronavírus-járvány idején

Az autoimmun betegségek – vagyis amikor a szervezet immunrendszere téves felismeréssel a saját szöveteit támadja meg – hazánkban több százezer beteget érintenek. Bármely szervünk megbetegedhet, így például az ízületek (reumatoid és egyéb felnőtt/gyermekkorai artritiszek), a gyomor-bélrendszer (Crohn-betegség, kolitisz ulceróza), a bőr (pszoriázis), a tüdő, a vese, a máj vagy a szív (autoimmun pneumónia, nefritisz, hepatitisz vagy karditisz), de egyszerre több szervünk is a gyulladás célpontjává válhat (pl. lupusz, dermatomiozitisz).

Maga a súlyos, előrehaladott alapbetegség is, különösen, ha társbetegségekkel, szövődeményekkel (pl. tüdőelváltozások) jár együtt, fokozott fogékonyságot jelent fertőzésekre, amit az autoimmun kórképekben nemritkán fellépő immunhiányos állapotok tovább növelhetnek. Az ilyenkor alkalmazandó hatékony gyógyszerek még inkább fokozhatják a fertőzésveszélyt. Ezen készítmények közé tartoznak a kortikoszteroidok és a különböző betegségmódosító kémiai immunszuppresszív/citosztatikus szerek. Az eredményes gyógykezelésben áttörést hozó célzott biológiai (pl. TNF- vagy interleukin-gátlók), és az újabb szignálgátló molekulák, melyek általánosságban, vagy egy-egy fertőző betegségre (pl. tuberkulózis vagy herpesz zoster) vonatkozóan növelhetik a fogékonyságot. Ez akkor is igaz, ha egyes biológiai és szignálgátló kezelésektől, a CoViD-19 megbetegedés bizonyos időszakában alkalmazva, jó hatás várható. Az influenzával szemben koronavírus-fertőzés autoimmun betegségekben való gyakoribb előfordulására jelenleg nincsenek adataink, azonban mindenképp fokozott óvatosságra, és a betegeknek az alábbi óvintézkedésekre van szükségük.

1. Fogadjon meg minden hasznos tanácsot, melyek a koronavírus fertőzéssel kapcsolatban általánosságban hivatalosan kommunikációra kerülnek. Ilyenek az alapos és rendszeres kézmosás, a másik embertől, különösen a betegnek tünőtől való távolságtartás, a csoportosulások kerülése, az otthonmaradás, a gyakori szellőztetés, a személyes higiéné maximális betartása, illetve szükség esetén arcmaszka és kesztyű viselése.
2. Hagyja el, vagy minimumra csökkentse a dohányzást, mely nem csak a gyulladásos alapbetegségét rontja, hanem a jelen járványban elsősorban érintett tüdő állapotát is.
3. Táplálkozzon egészségesen, vagyis gondoskodjon az immunvédekezés számára fontos D- és C-vitamin, valamint nyomelemek beviteléről, és ne a kalóriákon legyen a hangsúly. A bezártság miatti immobilitás ellenére tartsa magát fizikailag jó erőállapotban (pl. otthoni tornagyakorlatokkal) és őrizze meg szellemi aktivitását. Mindez erősíti az immunrendszert, a stressz ugyanakkor gyengíti azt.

Tehát ne a fertőzéstől való félelemben, hanem tudatos egészségvédő és preventív szemlélettel élje mindennapjait.

4. A beteg a szükséges kontrollvizsgálatok mellett járvány idején is folyamatosan kapja az autoimmun betegségére korábban megkezdett speciális terápiát, mivel annak elhagyása jelentős egészségkárosító kockázattal járhat. Természetesen ezeket (pl. biológiai gyógyszerek) csak akkor lehet folytatni, ha a betegnek biztosan nincs semmilyen fertőzésre utaló tünete, környezete által sem veszélyeztetett fertőzésre, és ez nemcsak koronavírus gyanúra vonatkozik. Fertőzés alapos gyanúja esetén a betegségmódosító gyógyszereket, a kezelőorvossal egyeztetve le kell állítani, a kortikoszteroidok kivételével. Járvány idején ugyanakkor nem javasolt elkezdeni ezen gyógyszeres kezeléseket, várjunk evvel a fertőzésveszély elmúltáig.
5. Amennyiben koronavírus fertőzésre gyanús tipikus tünetek alakulnak ki (magas láz, tartós nehézlégzés, száraz köhögés) az autoimmun beteg haladéktalanul forduljon házi orvosához a speciális diagnosztikai vizsgálatok elvégzése céljából.

Mozgásszervi autoimmun betegségekkel kapcsolatos bármely aktuális kérdésekben az ORFI az infóvonalon keresztül készséggel áll rendelkezésükre.

Prof. Dr. Poór Gyula
akadémikus, egyetemi tanár
főigazgató, ORFI
elnök, ESZK Reumatológia Tagozat