



## Zdravljenje kroničnih revmatskih bolezni v obdobju pandemije covid19

Vprašanja in odgovori oktober 2020

**Interna klinika**  
KO za revmatologijo  
Bolnica dr. Petra Držaja  
Vodnikova cesta 62  
1000 Ljubljana  
T 01/522 5533  
F 01/522 5598  
W [www.kclj.si](http://www.kclj.si)

### Je zaradi vnetne revmatske bolezni povečano tveganje za okužbe?

Bolniki z vnetnimi revmatskimi boleznimi so že zaradi same bolezni in zaradi zdravlil, ki jih jemljejo, bolj dovzetni za okužbe. Kolikšno je tveganje okužbe, je odvisno tudi od dejavnikov, ki niso neposredno povezani z revmatsko boleznijo.

Na nekatere dejavnike tveganja ne moremo vplivati (npr. spol, starost), druge pa lahko z zdravim življenjskim slogom bistveno zmanjšamo ali preprečimo njihov razvoj (npr. povišan krvni tlak, sladkorna bolezen). Tu je treba omeniti tudi prekomerno telesno težo, ki je povezana s pogostejšim pojavljanjem številnih kroničnih, nenalezljivih bolezni, ki že same po sebi predstavljajo dejavnik tveganja za težji potek okužb.

Pomembna dejavnika pri premagovanju okužb sta tudi primerna telesna zmogljivost in moč, ki jo daje zadostna mišična masa. Izguba mišične moči in mase se kaže s krhkostjo, ki pomeni stanje povečane ranljivosti in možnost slabšega izhoda zdravljenja najrazličnejših bolezni, ne le okužb.

V zadnjih mesecih je bilo objavljenih več raziskav o covid19 pri revmatskih boleznih, katerih rezultati so se med seboj razlikovali in niso omogočili trdnih zaključkov. Zadnja analiza do zdaj objavljenih raziskav, ki so proučevale covid19 pri avtoimunskih boleznih (Akiyama S, et al. Ann Rheum Dis 2020;0:1–8. doi:10.1136) nam je dala nekaj novih odgovorov na ta vprašanja. Podatki glede obolevanja za covid19 kažejo, da bolniki z revmatskimi boleznimi nekoliko (približno 1,6x) pogosteje obolevajo za to boleznijo. Med revmatskimi boleznimi je obolevanje najpogosteje v skupini sistemskih vezivnotkivnih bolezni (sistemski lupus eritematozus, Sjogrenov sindrom in sistemska skleroza), kar pripisujejo višjemu deležu bolnikov, ki prejema glukokortikoide (npr. Medrol). Težek potek covid19 se nekoliko pogosteje razvije pri kroničnem zdravljenju z glukokortikoidi. Tudi ob konvencionalnih sinteznih<sup>1</sup> zdravilih, ki spreminjajo potek bolezni (angl. disease-modifying anti-rheumatic drugs - DMARD) predvsem v kombinaciji zdravljenja z biološkimi<sup>2</sup> ali sintezni tarčnimi<sup>3</sup> DMARD se nakazuje nekoliko povečana možnost težkega poteka covid19, medtem, ko monoterapija z biološkim ali sinteznim tarčnim DMARD ne poveča tveganja za težji potek covid19, pri uporabi zaviralcev TNF<sup>4</sup> pa so opazili celo manjšo možnost težkega poteka covid19.

<sup>1</sup> metotreksat (Metotreksat, Metoject), leflunomid (Arava), takrolimus (Prograf, Advagraf), mikofenolat mofetil (CellCept, Myfortic, Myfenax), azatioprin (Imuran, Azafalk)

<sup>2</sup> zaviralci TNF (našteti spodaj), rituksimab (Mabthera, Rixathon), tocilizumab (RoActemra), sarilumab (Kevzara), iksekizumab (Taltz), sekukinumab (Cosentyx), ustekinumab (Stelara), anakinra (Kineret)

<sup>3</sup> tofacitinib (Xeljanz), baricitinib (Olumiant), upadacitinib (Rinvoq), apremilast (Otezla)

<sup>4</sup> zaviralci TNF: adalimumab (Humira, Hyrimoz, Amgevita, Idacio, Imraldi), certolizumab (Cimzia), etanercept (Enbrel, Benepali, Erlezi), golimumab (Simponi), infliksimab (Remicade, Remsima, Inflectra, Flixabi)



Še vedno se moramo zavedati glavnih dejavnikov tveganja za težji potek covid19, ki so, tudi v skupini bolnikov z revmatičnimi boleznimi, višja starost, sladkorna bolezen, povišani krvni tlak in ostale srčno žilne bolezni, nekatere kronične bolezni dihal in ledvic, pa tudi debelost. Zavedati pa se moramo, da predstavlja tveganje tudi aktivna revmatična bolezen, zato odsvetujemo kakršne koli spremembe zdravljenja brez posveta z vašim revmatologom. Na osnovi do sedaj znanih dejstev namreč lahko trdimo, da predstavlja prekinitev zdravljenja pomembno tveganje za poslabšanje revmatične bolezni, ob katerem je potrebna za umiritev bolezni še intenzivnejša imunosupresija, včasih tudi zamenjava zdravila, ki po ponovni uvedbi ni več zadostno učinkovito.

## Kaj lahko vsak bolnik z vnetno revmatično boleznijo naredi zase?

Svetujemo upoštevanje vseh splošno priporočenih zaščitnih ukrepov, vključno z zmanjševanjem stikov z ljudmi izven domačega gospodinjstva. Na to morajo misliti tudi svojci, ki so lahko prav tako prenašalci okužbe. S ciljem zmanjševanja tveganih stikov je priporočljivo tudi delo od doma, če delovni proces to omogoča.

Smernice za zdravljenje katere koli revmatične bolezni se zaradi pandemije covid19 še niso spremenile. Glede na dejstva o poteku bolezni, ki jih spoznavamo, pa se o zdravljenju odločamo individualno. Glavni cilj zdravljenja ostaja čim bolj umirjena revmatična bolezen. Glavni ukrepi, ki naj jih bolniki z revmatično boleznijo izvajajo v času epidemije covid19, so varnostni ukrepi za preprečevanje prenosa okužbe.

Imamo pa tudi številne znanstvene dokaze, da lahko z redno telesno aktivnostjo in zdravim načinom prehrane preprečimo razvoj številnih kroničnih nenalezljivih bolezni ali pa te bolezni pri tistih, ki jih že imajo, omilimo.

Prav tako lahko z zdravim načinom življenja dosežemo:

- izboljšanje simptomov revmatične bolezni,
- primerno telesno težo,

- vzdržujemo mišično moč in gibljivost,
- zmanjšamo možnost čezmerne izgube mišične mase in razvoja krhkosti.

S tem bomo tudi zmanjšali možnost težkega poteka covid19, poleg tega pa bomo dobro vplivali na zmanjšanje težav zaradi revmatične bolezni in razvoja ostalih pridruženih kroničnih bolezni.

Najpomembnejše navodilo je, da bolniki svojega zdravljenja zaradi epidemije covid19 ne prekinjajo, saj bi bila v primeru prekinitve škoda za bolnika večja od tveganja za težji potek covid19. Zdravljenje se prekine ali prilagodi zgolj v primeru okužbe s covid19, tako kot v primeru katerekoli druge okužbe.

## Nasveti za bolnike, ki so bili v tesnem stiku z bolniki z dokazano covid19

V primeru tesnega stika z bolnikom s potrjeno okužbo predlagamo, da:

- strogo upoštevate navodila epidemiologa glede karantene;
- v času inkubacijske dobe za covid19 nadaljujte zdravljenje z vsemi predpisanimi zdravili.

## Kako postopati, če zbolimo za znaki akutne okužbe dihal?

Svetujemo, da ob akutni bolezni dihal, ki se kaže s sistemskimi simptomi in znaki prekinete zdravljenje s tarčnim sinteznim ali biološkim DMARD. Ob težkem poteku okužbe dihal predlagamo, da prekinete tudi zdravljenje s konvencionalnimi sinteznimi DMARD.

Če jemljete glukokortikoide (Medrol, Hydrocortisone), tega zdravljenja ne smete prekinjati, pač pa svetujemo, da ob zmerno težki okužbi odmerek glukokortikoida zaradi možne insuficience nadledvične žleze povečate (npr. podvojite), ob zelo hudem poteku okužbe, ki zahteva sprejem v bolnišnico, pa je potrebno zdravljenje s hidrokortizonom, ki vam ga odmerjajo glede na vaše zdravstveno stanje.

Zdravljenje z vsemi zdravili iz skupine DMARD nadaljujte, ko bodo simptomi in znaki okužbe izzveneli in bo zdravljenje okužbe zaključeno.

## Nasveti za bolnike z dokazano covid19

Če so pri vas potrdili covid19, ukrepajte tako kot ob vsaki drugi akutni okužbi dihal, ki se kaže s sistemskimi simptomi in znaki. Zdravljenje s konvencionalnim sinteznim, tarčnim sinteznim ali biološkim DMARD prekinite razen zdravljenja s klorokinom ali hidroksikorokinom, ki ga ni potrebno prekinjati. Navodilo za zdravljenje z glukokortikoidom (Medrol, Hydrocortisone) je enako kot za vse ostale akutne okužbe dihal.

Zdravljenje z vsemi zdravili iz skupine DMARD nadaljujte, ko bodo simptomi in znaki okužbe izzveneli in bo zdravljenje okužbe zaključeno.

## Kakšno je strokovno mnenje glede cepljenja proti gripi za bolnike z revmatičnimi boleznimi?

Vsem bolnikom z revmatičnimi boleznimi priporočamo cepljenje proti gripi. Bolnikom, ki jemljejo metotreksat, predlagamo, da, zaradi boljšega učinka cepljenja proti gripi, za 2 tedna po cepljenju prekinejo zdravljenje (izpustijo 2 tedenska odmerka).

Zelo pomembno je tudi, da so proti gripi cepljeni tudi člani skupnega gospodinjstva in drugi tesni stiki bolnikov s kronično vnetno revmatično boleznijo, ker se s tem pomembno zmanjša tveganje za prenos okužbe.

Brez zadržkov se bolniki, ki prejemajo zdravila, ki vplivajo na imunski sistem, cepijo z tudi z vsemi drugimi mrtvimi cepivi.

## Prihaja jesensko obdobje, ko se več zadržujemo v zaprtih prostorih in je več respiratornih okužb. So kakšni posebni nasveti za bolnike z revmatičnimi boleznimi?

Za bolnike z revmatičnimi boleznimi veljajo enaka priporočila kot za splošno populacijo. Prenos povzročiteljev respiratornih okužb omejujemo z enakimi ukrepi, ki jih izvajamo za zmanjšanje možnosti prenosa novega koronavirusa, torej s pravilno uporabo mask, izogibanjem tesnih stikov, umivanjem in razkuževanjem rok ter rednim prezračevanjem prostorov. Smiselno je tudi skrajšanje časa zadrževanja v zaprtih javnih prostorih, ki ga omejimo na najnujnejša opravila. Če je možno, se z delodajalcem dogovorite za delo od doma.

## Priporočila za obravnavo v revmatološki ambulanti

Na pregled prihajajte le če nimate simptomov okužbe in v zadnjih dveh tednih niste bili v tesnem kontaktu z osebo, ki je zbolela s covid19. Vse paciente bomo dan pred sprejemom na pregled ali hospitalno obravnavo v UKC Ljubljana poklicali in preverili podatke o vašem zdravstvenem stanju. Vse z načrtovanim obiskom prosimo, in tudi pričakujemo, da se v čim večjem obsegu pred obiskom držite enotedenske samoosamitve. To pomeni, da se izogibate vsem nenujnim stikom in druženjem, saj se na tak način zmanjša možnost vnosa okužbe v zdravstveno ustanovo in prenos okužbe na druge paciente in zaposlene. V zdravstveni ustanovi je obvezna uporaba obraznih mask, izvajamo razkuževanje rok in vzdržujemo medosebno razdaljo 1,5 metra.

Če imate akutne simptome okužbe ali ste bili v stiku z obolelim s covid19:

- Upoštevajte vse ukrepe in navodila NIJZ in MZ glede preprečevanja širjenja covid19
- Načrtovano obravnavo pri specialistu revmatologu odpovejte telefonsko ali na [revmatologija.narocanje@kclj.si](mailto:revmatologija.narocanje@kclj.si) - vaš revmatolog bo to obvestilo prejel in vam posredoval nov termin pregleda ali pa bo opravil z vami telefonski posvet.