

# Λοίμωξη από Κορονοϊό σε ουδετεροπενικούς ασθενείς.

Η νόσος από κορονοϊό (COVID-19) είναι μια λοίμωξη αναπνευστικού που μεταδίδεται από άτομο σε άτομο. Ο ιός μεταδίδεται κυρίως μεταξύ ατόμων που έρχονται σε στενή επαφή μεταξύ τους (σε απόσταση μικρότερη από 2 μέτρα), μέσω σταγονιδίων του αναπνευστικού κατά το βήχα ή το φτάρνισμα..

Ο κορονοϊός, ή COVID-19, έχει ανιχνευτεί σε όλες τις χώρες (εκτός της Ανταρκτικής) και πάνω από 115.000 άτομα έχουν ήδη μολυνθεί. Η σοβαρότητα της λοίμωξης κυμαίνεται από ήπια έως βαριά. Ο αριθμός των ατόμων που έχει μολυνθεί θα συνεχίσει να αυξάνει, αλλά οι περισσότεροι ασθενείς θα έχουν ήπια συμπτώματα.

Για όσους πάσχουν από Ουδετεροπενία, πιστεύεται ότι η καλύτερη αντιμετώπιση είναι να ακολουθήσουν τις οδηγίες του Διεθνούς Οργανισμού CDC (Centre for Disease Control and Prevention), όπως αυτές διαμορφώνονται από τους τοπικούς φορείς (ΕΟΔΥ – Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας) . Τα μέτρα αυτά περιλαμβάνουν:

- Ασθενείς που λαμβάνουν G-CSF θα πρέπει να είναι επιμελείς, να διατηρούν τη σωστή δοσολογία αυξητικού παράγοντα και να μην παραλείπουν δόσεις.
- Για όσους δεν λαμβάνουν G-CSF, όταν και εφόσον νοσήσουν, θα πρέπει να ενημερώσουν το ιατρό που θα τους εξετάσει ότι πάσχουν από ουδετεροπενία ώστε να ληφθεί Γενική Αίματος.
- Εάν ο απόλυτος αριθμός ουδετεροφίλων είναι πολύ χαμηλότερος του συνηθισμένου όπως συμβαίνει με ορισμένες ιώσεις (δηλαδή κάτω από 1000/μl), συστήνεται η χρήση G-CSF για μερικές ημέρες, σε συνεννόηση με τον θεράποντα Αιματολόγο.
- Όσον αφορά τις μετακινήσεις και τα ταξίδια, από όσα γνωρίζουμε έως τώρα, υπάρχει κίνδυνος σε περιπτώσεις συγχρωτισμού ακόμα και με άτομα με ήπια ή και καθόλου συμπτώματα κρουολογήματος ή με άτομα στα αρχικά στάδια της νόσου. Ως εκ τούτου οι κοινωνικές συγκεντρώσεις, τα αεροπορικά ταξίδια, μετακινήσεις με λεωφορεία κλπ. αυξάνουν τον κίνδυνο έκθεσης και πρέπει να αποφεύγονται, εκτός αν κρίνεται απολύτως απαραίτητο..
- Πλύνετε τα χέρια σας συχνά και επιμελώς. Εάν δεν υπάρχει άμεσα διαθέσιμο σαπούνι, χρησιμοποιήστε διάλυμα καθαρισμού χεριών με τουλάχιστον 60% αλκοόλ. Καλύψτε όλες τις επιφάνειες των χεριών σας και τρίψτε τα για τουλάχιστον 1 λεπτό ή μέχρι να στεγνώσει το διάλυμα
- Αποφύγετε να ακουμπάτε τα μάτια, μύτη και το στόμα σας με άπλυτα χέρια.
- Αποφύγετε την επαφή με άτομα που είναι κρουωμένα.

Εάν δεν υπάρχει άμεσα διαθέσιμο σαπούνι, χρησιμοποιήστε διάλυμα καθαρισμού χεριών με τουλάχιστον 60% αλκοόλ. Καλύψτε όλες τις επιφάνειες των χεριών σας και τρίψτε τα για τουλάχιστον 1 λεπτό ή μέχρι να στεγνώσει το διάλυμα.

- Αποφύγετε να ακουμπάτε τα μάτια, μύτη και το στόμα σας με άπλυτα χέρια
- Αποφύγετε την επαφή με άτομα που είναι κρουωμένα

- Κρατάτε απόσταση περίπου 2μέτρων από άλλα άτομα, εφόσον ο COVID-19 έχει ανιχνευθεί στην περιοχή σας.
- **Καλύψτε τη μύτη και το στόμα σας** με ένα μαντηλάκι ή την εσωτερική επιφάνεια του αγκώνα σας όταν φτερνίζετε ή βήχετε.
- Πετάξτε το μαντηλάκι στα απορρίμματα και μη το χρησιμοποιείτε πάνω από μία φορά.
- **Φοράτε μάσκα μίας χρήσης εάν είστε κρουωμένοι:** Πρέπει να φοράτε μάσκα όταν είστε ανάμεσα σε άλλα άτομα (λ.χ. στο ίδιο αυτοκίνητο) και πριν μπείτε στο γραφείο / εξεταστήριο του ιατρού. Εάν δε μπορείτε να φορέσετε μάσκα (εάν λ.χ. σας προκαλεί αναπνευστική δυσχέρεια), πρέπει να προσπαθήσετε το μέγιστο δυνατόν να καλύψετε το στόμα και τη μύτη σας όταν βήχετε ή φτερνίζετε, και τα άτομα που σας προσέχουν ή μπαίνουν στο ίδιο δωμάτιο με εσάς πρέπει να φοράνε μάσκα.
- **Εάν ΔΕΝ είστε κρουωμένος/η:** Δε χρειάζεται να φοράτε μάσκα εκτός εάν φροντίζετε κάποιον ο οποίος είναι άρρωστος (και δε μπορεί να φορέσει μάσκα). Οι μάσκες είναι σε έλλειψη και πρέπει να χρησιμοποιούνται κατά προτεραιότητα από τους παρόχους υπηρεσιών υγείας.
- **Καθαρίστε και απολυμάνετε τις επιφάνειες που ακουμπάτε καθημερινά.** Τέτοιες επιφάνειες είναι τα τραπέζια, πόμολα, διακόπτες φώτων, επιφάνειες πάγκων, γραφεία, τηλέφωνα, πληκτρολόγια, τουαλέτες, βρύσες, νιπτήρες.
- **Εάν οι επιφάνειες δεν είναι καθαρές, καθαρίστε τις:** Χρησιμοποιήστε απορρυπαντικό ή σαπούνι και νερό πριν τη χρήση απολυμαντικών διαλυμάτων
- Εάν κρουώσετε, επικοινωνήστε με τον ΕΟΔΥ στη γραμμή 24ωρης λειτουργίας **1135** ή στο **210-5212054** και ενημερώστε επίσης το θεράπων ιατρό σας

Παρόλο που η άμεση απειλή από τον COVID-19 δημιουργεί φόβο, υπάρχει ακόμα η απειλή από τον ιό της γρίπης και από βακτηριακές λοιμώξεις. Διανύουμε περίοδο γρίπης και αναπνευστικών λοιμώξεων και ο CDC προτείνει να εμβολιαστείτε για την εποχιακή γρίπη και καθημερινά να λαμβάνετε μέτρα ατομικής προστασίας προς αποφυγή διασποράς λοιμώξεων. Εάν δεν έχετε εμβολιαστεί ακόμα, δεν είναι αργά για να το κάνετε.

Ζούμε μία επιδημία και οι εξελίξεις προοδεύουν ταχέως. Ο CDC και ο ΕΟΔΥ θα συνεχίσουν να παρέχουν επικαιροποιημένες πληροφορίες στα διαδικτυακά τους μέσα. Για περισσότερες πληροφορίες και επικαιροποιημένα στοιχεία μπορείτε να επισκεφτείτε την [ιστοσελίδα του CDC για τον COVID-19](#), όπως και την [ιστοσελίδα του ΕΟΔΥ](#).

### **Παραμείνετε ασφαλείς.**

\*Οι πληροφορίες που διαβάσατε συντάχθηκαν και οργανώθηκαν από το Εθνικό Δίκτυο Ουδετεροπενιών Αμερικής. Οι παρούσες πληροφορίες δεν προορίζονται για να αντικαταστήσουν την κρίση των ιατρών. Εάν είστε κρουωμένοι επικοινωνήστε με το θεράποντα ιατρό σας.

[https://mailchi.mp/c6a362c852fe/national-neutropenia-network-fall-2018-newsletter-523274?e&fbclid=IwAR1Y\\_CIFJuARxUOScMbCCwITCz\\_SwoG3Kgc9Jl1q-2VSwkCKtGLkIMEUcs](https://mailchi.mp/c6a362c852fe/national-neutropenia-network-fall-2018-newsletter-523274?e&fbclid=IwAR1Y_CIFJuARxUOScMbCCwITCz_SwoG3Kgc9Jl1q-2VSwkCKtGLkIMEUcs).