

## Odporúčanie pre pacientov s epilepsiou v súvislosti s epidémiou koronavírusu COVID-19

### Pacienti s epilepsiou

Liečba pacientov s epilepsiou je veľa razy dlhodobou až celoživotnou záležitosťou. Vyžaduje pravidelné užívanie antiepileptík s cieľom udržať hladinu liekov v mozgu na takej úrovni, aby bola dostatočná na potlačenie záchvatu. Preto je nesmierne dôležité dodržiavať pokyny lekára o liečbe a byť informovaný aj v aktuálnej veľmi vážnej situácii, ktorú spôsobuje koronavírus na Slovensku.

### Mnoho ľudí trápí závažná otázka, či majú pacienti s epilepsiou vyššie riziko infekcie koronavírusom?

Pacienti s epilepsiou nemajú zvýšené riziko infekcie koronavírusom a epilepsia nezhoršuje priebeh infekcie koronavírusom.

### Vzhľadom na nutnosť chronickej liečby a pravidelným predpisom liekov dodržujte nasledovné odporúčania:

- Uistite sa, že máte **dostatok liekov** a buďte pokojní
- Väčšina lekárov dnes predpisuje lieky **elektronicky**
- V prípade stabilného priebehu ochorenia pokiaľ je to možné, **uprednostnite telefonický kontakt** so svojim lekárom, požiadajte ho o vydanie **e-receptu** na lieky, ktoré potrebujete: môže to byť Váš všeobecný lekár, ktorému ste už predtým doručili nález od neurológa so súhlasom, že Váš všeobecný lekár Vám môže predpisovať lieky na kód vášho neurológa, alebo to môže byť priamo Váš ošetrojúci neurológ
- **Vybavujte si lieky v predstihu minimálne týždeň**, aby Vám lieky mohol lekárnik zabezpečiť v prípade nutnosti objednania lieku (väčšina nových antiepileptík sa objednáva), event. prechodného sťaženia distribúcie pri mimoriadnej situácii
- Vždy doporučujem pacientom s epilepsiou, aby mali lieky na epilepsiu do zásoby na jeden mesiac, pre prípad, že nebudú môcť pre výpadok alebo pre chorobu liek zohnať v krátkom čase, lekár môže predpísať lieky najviac na 3 mesiace
- Nenechajte si lieky dôjsť tak, že budete mať zásobu iba na 1-2 dni
- **Nekumulujte lieky v zbytočne veľkom množstve**, aby tieto lieky nepreexpirovali a tiež, aby nevznikol nedostatok liekov pre ostatných pacientov s epilepsiou
- **Lieky, ktoré užívate na epilepsiu, v žiadnom prípade nevysadzujte, ani v prípade infekcie a nutnosti užívať iné lieky, pri akútnom vysadení liekov Vám hrozí zhoršenie záchvatov**
- **Niektorí ľudia s epilepsiou musia užívať lieky, ktoré znižujú imunitu** (napríklad kortikoidy, imunoterapiu) – tieto lieky zvyšujú riziko vzniku závažnejších príznakov a ťažšieho priebehu infekcie koronavírusom. Pokiaľ užívate takéto lieky, o ich ďalšom užívaní sa musíte poradiť so svojim lekárom a dôsledne dodržujte preventívne opatrenia, aby ste minimalizovali riziko infekcie
- **Ľudia s epilepsiou môžu mať iné medicínske problémy, ktoré môžu zhoršiť priebeh ochorenia**

- Poruchy pohyblivosti a dlhodobé ležanie a tiež poruchy prehĺtania so zvýšeným rizikom aspirácie zvyšujú riziko zápalu pľúc
- Ľudia s pridruženými ochoreniami srdca a diabetom tiež majú zvýšené riziko
- **V prípade prebiehajúcej infekcie mnoho pacientov s epilepsiou reaguje na zvýšenie teploty epileptickými záchvatmi** – používajte prednostne antipyretiká na báze paracetamolu, **pokiaľ naň nie ste alergickí**
- **Niektoré lieky používané na liečbu infekcií môžu znížiť alebo zvýšiť hladinu niektorých antiepileptík, a tým pádom viesť k záchvatom, alebo prejavom intoxikácie liekmi**, pokiaľ si nie ste istí, kontaktujte svojho neurológa, či taká kombinácia liekov je pri Vašej antiepileptickej medikamentóznej liečbe vhodná – jedná sa hlavne o staršie antiepileptiká s účinnými látkami valproát, karbamazepin, fenytoin, fenobarbital, primidon
- **Keďže záchvaty môže zhoršiť viacero faktorov spojených s infekciou, pri infekcii koronavírusom sa Vám môžu zhoršiť epileptické záchvaty**, ak nemôžete jesť a piť normálne, ak vyvrátite lieky, ak kvôli chorobe nemôžete dostatočne spať. **Skúsenosti z krajín, kde sa infekcia koronavírusom vyskytla, ukazujú, že riziko zhoršenia epileptických záchvatov u pacientov s epilepsiou je vo všeobecnosti nízke.** Postarajte sa, aby ste dostatočne a pravidelne spali, jedli a pili, aby ste boli schopní lieky užívať
- **Ak je to nutné, Váš lekár Vám predpíše „záchranné lieky“, ktoré sa používajú v liečbe akútnych epileptických záchvatov – rektálny diazepam, bukálny midazolam**, doporučuje sa mať doma pripravenú malú zásobu týchto liekov
- **Pokiaľ máte infekciu koronavírusom a zhoršia sa Vám záchvaty, zavolajte svojmu lekárovi, nechodte hneď do ambulancie, aby ste nenakazili ostatných pacientov**, mnoho pacientov s infekciou koronavírusom môže byť liečených doma
- **V prípade zhoršenia epileptických záchvatov bez známkov infekcie je vhodné najskôr lekára telefonicky kontaktovať**, aby ste vedeli, že je v práci, prípadne niekedy je možné niektoré zmeny liečby dohodnúť aj telefonicky, lekár rozhodne, že je nutná osobná konzultácia pri dodržaní všeobecných doporučení preventívnych opatrení, t.j. použite rúšku a jednorazové rukavice pri návšteve v ambulancii
- **Pri akútnom zhoršení záchvatov s rizikom ohrozenia zdravia alebo života postupujte ako vždy, volajte záchranné vozidlo, oznámte, či ste boli v kontakte s rizikovou osobou alebo ste prišli z rizikovej oblasti alebo či sa neliečite na ochorenie koronavírusom, aby dispečing mohol zodpovedne rozhodnúť o type záchranej služby, ktorá Vás príde ošetriť, prípadne previezť do nemocnice**
- Dodržujte všeobecné nariadenia o zdravom životnom štýle a **sledujte všeobecné odporúčenia na prevenciu infikovania sa koronavírusom**
- **V prípade, že máte karanténu, dodržujte pravidlá karantény**, pošlite príbuzného alebo iného známeho, nech Vám lieky v lekárni vyzdvihne
- **Pokiaľ žijete sami, kontaktujte pravidelne príbuzných alebo známych telefonicky alebo inými prostriedkami elektronickej komunikácie, hovorte o svojich otázkach a obavách, pretože stres môže ovplyvniť Vaše záchvaty a Vaše emočné prežívanie**

### **Niekoľko základných informácií o Koronavírusoch:**

Patria do čeľade Coronaviridae. Sú to pleomorfné RNA vírusy (okružle, oválne až podlhovasté) so špirálovou symetriou veľkosti 60 – 220 nm. Ľudské koronavírusy sa delia

do dvoch rodov – príslušníci rodu Coronavirus majú vzťah k respiračnému traktu a u ľudí môžu vyvolať nádchu až pneumóniu (zápal pľúc).

Do roku 2002 choroby ľudí s koronavírusovou infekciou predstavovali len hnačkové ochorenia alebo postihnutie horných ciest dýchacích.

Od roku 2002 – 2003 sa situácia výrazne zmenila a v tomto období sa vyskytlo závažné smrteľné ochorenie SARS – ťažký akútny respiračný syndróm spôsobený koronavírusom.

### **Koronavírusová infekcia - choroba (COVID-19):**

Ide o ochorenie, ktoré bolo objavené v roku 2019, dovtedy kmeň zodpovedný za toto ochorenie u ľudí nebol identifikovaný. Aktuálne znamená celosvetovú pandémiu.

### **Ako sa majú pacienti s epilepsiou chrániť?**

WHO (Svetová zdravotnícka organizácia) odporúča nielen pacientom s týmto ochorením, ale aj ľuďom všetkých vekových skupín, aby podnikli kroky na ochranu pred vírusom, dodržiavaním dobrej hygieny rúk a dobrej respiračnej hygieny.

### **Pacientom s epilepsiou odporúčame dodržiavať nasledovné postupy všeobecnej ochrany a hygienických zásad:**

#### **a) Najefektívnejšou ochranou je zostať doma a obmedziť kontakt s inými osobami**

- striktné sa vyhýbať akémukoľvek kontaktu s osobami pozitívne testovanými na Koronavírus COVID-19
- vyhýbať sa kontaktu s väčším počtom ľudí do obdobia kedy epidémia neskončí (informácie cestou inštitúcií MZ SR, hlavný hygienik MZSR, stránka [www.health.gov.sk](http://www.health.gov.sk))
- obmedziť alebo úplne nepoužívať prostriedky hromadnej dopravy
- dodržiavať odstup od ostatných osôb najmenej 2 m, hlavne tých, čo kýchajú a kašľú
- nechať si predpisovať nutné lieky formou E-receptu
- riešiť otázky na svojich lekároch a zdravotné sestry telefonicky
- ak je to možné, dať prednosť práci z domu, aby sa zamedzilo cestovaniu do práce a kontaktu s inými osobami, pracovné schôdze riešiť telefonicky, online telekonferenciami
- obmedziť všetky aktivity spoločenské, športové (návštevy divadla, kina, rodinné návštevy)

#### **b) Dodržiavať základné hygienické pravidlá**

- umývať si ruky čo najčastejšie (voda a mydlo, dezinfekčné mydlo, tekuté mydlá s dávkovačom)
- nedotýkať sa rukami tváre, nosa, očí, úst ak nemáte čisté ruky
- často čistiť (hlavne povrchy, kľučky, madlá, dvere, úchytky, podlahy) a vetrať v miestnostiach
- nestretávať sa s ľuďmi na okolí, nepodávať si ruky
- používať ochranné rúška kryjúce nos s ústa pri každom pohybe mimo domu /bytu (nákup, návšteva lekára, lekárne, vynášanie smetí, kontakt s poštárkou...)
- používať ochranné rukavice pri každom pohybe mimo domu

#### **c) Dodržiavať racionálny stravovací a pitný režim**

- dodržiavať bežné štandardy racionálneho stravovania, príjem vitamínu D a C

- stravovanie pacienta má byť vyvážené a pestré, avšak v danej situácii preferujte balené potraviny
- nie je vhodné nadmerné pitie, avšak treba dodržiavať pitný režim
- fajčenie má škodlivé účinky na ľudský organizmus a zvyšuje riziko epileptických záchvatov, preto je nesmierne dôležité nefajčiť

*Odporúčanie bolo vypracované v spolupráci s doc. MUDr. Gabrielou Timárovou, PhD., aktualizované podľa vývoja situácie, 16.3.2020*

### **Ďalšie najčastejšie otázky a odpovede upravené na základe informácií získaných z WHO:**

#### **V akých oblastiach sa najčastejšie prenáša koronavírus?**

Vírus sa prenáša rovnako vo všetkých oblastiach bez ohľadu na podnebie.

#### **Môže chladné počasie zabiť koronavírus?**

Nie je dôvod domnievať sa, že chladné počasie môže zabiť nový koronavírus alebo iné choroby. Normálna teplota ľudského tela zostáva okolo 36,5 °C až 37 °C bez ohľadu na vonkajšiu teplotu alebo počasie. Najúčinnjším spôsobom, ako sa chrániť pred novým koronavírusom, je časté čistenie rúk namočením rúk v alkohole alebo ich umývanie mydlom a vodou.

#### **Čo robiť pri podozrení na infekciu COVID-19?**

Telefonicky kontaktovať svojho praktického lekára (všeobecný praktický lekár pre dospelých) alebo volať info linku.

#### **Telefonické linky a e-maily pre verejnosť v súvislosti s COVID-19:**

Na regionálnych úradoch verejného zdravotníctva v SR sa posilňuje činnosť call centier. Aktuálne je verejnosti k dispozícii 36 telefonických liniek.

Nepretržitú činnosť majú nasledovné telefónne linky Úradu verejného zdravotníctva a regionálnych úradov verejného zdravotníctva:

- Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky – 0917 222 682

- RÚ verejného zdravotníctva so sídlom v Banskej Bystrici – 0918 659 580
- RÚ verejného zdravotníctva so sídlom v Bratislave – 0917 426 075
- RÚ verejného zdravotníctva so sídlom v Nitre – 0948 495 915
- RÚ verejného zdravotníctva so sídlom v Trnave - 0905 903 053
- RÚ verejného zdravotníctva so sídlom v Trenčíne – 0911 763 203
- RÚ verejného zdravotníctva so sídlom v Košiciach – 0918 389 841
- RÚ verejného zdravotníctva so sídlom v Prešove – 0911 908 823
- RÚ verejného zdravotníctva so sídlom v Žiline – 0905 342 812
- RÚ verejného zdravotníctva so sídlom v Bardejove - 0917 121 946
- RÚ verejného zdravotníctva so sídlom v Poprade - 0911 635 260, 0903 905 080
- RÚ verejného zdravotníctva so sídlom v Michalovciach - 0948 518 954

**Všetky telefonické kontakty pre verejnosť nájdete prehľadne zoradené v tabuľke nižšie:**

Inštitúcia	Call centrum	e-mail
ÚVZ SR	0917 222 682	novykoronavirus@uvzsr.sk
RÚVZ Bratislava	0917 426 075	X
RÚVZ Trnava	0905 903 053	
RÚVZ Senica	0907 169 312	se.koronavirus@uvzsr.sk
RÚVZ Galanta	0907 996 734	ga.epid@uvzsr.sk
RÚVZ Dunajská Streda	0910 459 200	ds.koronavirus@uvzsr.sk
RÚVZ Nitra	0948 495 915	nr.sekretariat@uvzsr.sk
RÚVZ Komárno	0911 305 651	koronaviruskn@uvzsr.sk
RÚVZ Levice	0910 901 129	lv.riaditel@uvzsr.sk
RÚVZ Nové Zámky	035/640 09 97	nz.epid@uvzsr.sk
RÚVZ Topoľčany	038/532 63 91	to.epid@uvzsr.sk
RÚVZ Trenčín	0917 763 203	tn.covid19@uvzsr.sk
RÚVZ Považská Bystrica	0911 727 930 042/44 50 233	pb.epid@uvzsr.sk
RÚVZ Prievidza	046/519 20 26	koronavirus@ruvzpd.sk
RÚVZ Žilina	0905 342 818	X
RÚVZ Čadca	0919 453 544	ca.koronavirus@uvzsr.sk
RÚVZ Dolný Kubín	0908 460 521	m.varmusova@gmail.com
RÚVZ Liptovský Mikuláš	0903 550 420	X
	0911 236 988	
	0903 540 635	
RÚVZ Martin	043/401 29 27	mt.epid@uvzsr.sk
	0902 740 766	
	0911 514 878	
RÚVZ Banská Bystrica	0918 659 580	X
RÚVZ Zvolen	045/555 23 58	zv.epid@uvzsr.sk
RÚVZ Žiar nad Hronom	0911 214 488	zh.epid@uvzsr.sk

RÚVZ Lučenec	0905 536 551 0915 885 813 0918 601 924 047/43 235 72	lc.epidemiologia@vzsrsk
RÚVZ Veľký Krtíš	047/48 30 747	ruvzvks@uvzsrsk
RÚVZ Rimavská Sobota	0918 542 763	rs.epid@uvzsrsk
RÚVZ Košice	0918 389 841	koronavirus@ruvzke.sk
RÚVZ Michalovce	0948 518 954 056/6880 617 056/6880 621	X
RÚVZ Rožňava	0905 439 276	rv.koronavirus@uvzsrsk
RÚVZ Spišská Nová Ves	0910 118 266	X
RÚVZ Trebišov	059/67 24 993	tv.epid@uvzsrsk
	056/ 38 13 231	
	0918 680 305 0915 577 356	
RÚVZ Prešov	0911 908 823	X
RÚVZ Bardejov	0917 121 946	
		bj.epida@uvzsrsk
RÚVZ Humenné	0908 440 174	hn.htc@uvzsrsk
RÚVZ Poprad	0911 635 260	pp.epi@uvzsrsk
	0903 905 080	pp.sekr@uvzsrsk
	052/772 2604	pp.riaditel@uvzsrsk
	052/7125474	
	0902 543 162 0902 030 537	
RÚVZ Senica	0917149 459 034/6909327	
RÚVZ Stará Ľubovňa	0910 440 662 0911 715 571	sl.epida@uvzsrsk
RÚVZ Svidník	0910 580 707	sk.epidemiologia@uvzsrsk
RÚVZ Vranov nad Topľou	0915 783 454	

**Nepretržite je k dispozícii verejnosti aj Národné centrum zdravotníckych informácií –  
0800 221 234**

### Ďalšie otázky:

#### **Môžu sušiče rúk zabiť koronavírus?**

Nie, koronavírus sušiče rúk nezabijú. Ruky si treba umývať mydlom a vodou, po prípade dezinfikovať alkoholom. Po umytí ich je potrebné utrieť do čistých papierových utierok.

Ak žijete v domácnosti s viacerými členmi rodiny, vyčleňte každému jednému členovi vlastný uterák, ktorý pravidelne perete.

### **Môže koronavírus vyničiť používanie UV lampy?**

Nie, nemôže, jej používanie môže spôsobiť rôzne vyrážky a podráždenie pokožky.

### **Môže koronavírus zabiť postrek alkoholom alebo chlórom?**

Nie, nemôže. Takýto postrek je nebezpečný pre náš organizmus, ústa, oči, sliznicu a je neefektívny.

### **Môže pomôcť jesť cesnak?**

Nie je dôkaz, že konzumácia cesnaku môže zničiť koronavírus.

### **Pomáhajú antibiotiká proti koronavírusu?**

Nie, antibiotiká proti koronavírusu nepomáhajú. Antibiotiká sa používajú na liečbu bakteriálnych infekcií.

### **Ovplyvňuje nový koronavírus starších ľudí alebo sú vnímaví aj mladší ľudia?**

Ľudia všetkých vekových skupín môžu byť infikovaní novým koronavírusom (2019-nCoV). Zdá sa, že starší ľudia a ľudia s už existujúcimi zdravotnými problémami (ako sú astma, cukrovka, srdcové choroby) sú zraniteľnejšími.

WHO odporúča ľuďom všetkých vekových skupín, aby podnikli kroky na ochranu pred vírusom, napríklad dodržiavaním dobrej hygieny rúk a dobrej respiračnej hygieny.

### **Chránia nás vakcíny pred novým koronavírusom?**

Nie, aktuálne nie je dostupná žiadna vakcína, ktorá by nás chránila pred koronavírusom. Vedci sa aktuálne snažia vyvinúť vakcínu proti ochoreniu COVID – 19.

*Článok pripravila v spolupráci s odborníkmi a s informáciami dostupnými na WHO (<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>)*

*Dr. Katarína Šutovská, MBA, 15.3.2020*