

DOPORUČENÍ PRO PREVENCI A ONEMOCNĚNÍ COVID-19 U OSOB S MÍŠNÍ LÉZÍ

U populace s míšní lézí je třeba počítat se zvýšeným rizikem v souvislosti s onemocněním Covid-19. Dosud nebylo prokázáno, že by lidé s poraněním míchy byli více náchylní ke koronavirové infekci než běžná populace. Mohou však mít zhoršenou imunitu nebo oslabené dýchání, což může znamenat závažnější průběh infekce a horší důsledky. Proto by měli jak osoby s míšní lézí, tak jejich rodinní příslušníci či pečovatelé dodržovat doporučení přísněji než běžná populace.

- Čím méně kontaktů, tím lépe. Využívejte proto pokud možno jednoho asistenta či rodinného příslušníka, který maximálně dodržuje všechna preventivní doporučení.
- Zajistěte si předem náhradní asistenci pro případ, že onemocní člen rodiny, pečovatel či osobní asistent, který tuto službu vykonával.
- Měli byste mít doma dostatek trvanlivých potravin, stejně tak jako toaletní papír a další hygienické pomůcky, jako jsou podložky nebo katetry, které denně používáte. Zásadní je rovněž dostatek všech používaných léků.
- I přes výše uvedené zásoby mějte vždy domluvený kontakt alespoň na dvě osoby, které v případě potřeby zajistí doplnění potřebného sortimentu.
- Omezte kontakt s okolím na minimum.
- Požádejte všechny pečovatele a osobní asistenty, aby během návštěvy používali roušku, při příchodu si myli a dezinfikovali ruce, stejně jako před každým úkonem, který s Vámi budou provádět.
- Pravidelně myjte a dezinfikujte všechny povrchy, kterých se dotýkáte a používejte dezinfekční ubrousky na předměty, které používáte (klávesnice, mobilní telefon).
- Instruujte všechny své blízké, přátele a pečovatele, aby Vás v případě jakýchkoliv příznaků onemocnění nenavštěvovali!
- Pokud musíte nutně opustit domov, použijte respirátor s označením FFP2 nebo FFP3, pokud možno nevyužívejte městskou hromadnou dopravu a udržujte odstup od jiných lidí, nejlépe 4 m. Pokud nemáte respirátor, použijte alespoň roušku či šátek, který po návratu domů vyperte.
- Zjistěte si předem od praktického lékaře nebo na internetu kontakt na spádovou hygienickou službu.
- Další doporučení se shodují s doporučeními pro běžnou populaci – mytí rukou, dostatek vitamínů, kvalitní spánek, snížení stresu, nesahání do obličeje, nepodávání rukou.

V případě, že na sobě pocítíte příznaky, volejte hygienickou službu s informací, že jste imobilní, ať zajistí odběrovou sanitu, která přijede k vám domů a provede odběr na přítomnost koronaviru.

Při lehkém průběhu onemocnění (teplota do 38 st C, pocit nachlazení, bolesti kloubů, občasný kašel) pro vás bude lepší zůstat v domácím prostředí a užívat běžné léky tak jako u jiných typů viróz.

Při těžším průběhu onemocnění (zahlenění s obtížným odkašláním, dušnost, horečka nad 38 st C, malátnost) bude nutná hospitalizace na oddělení vyčleněném pro ošetřování pacientů s koronavirovou infekcí, kam Vás dopraví rychlá záchranná služba po zavolání na dispečink (1212). Neočekávejte specializované lůžko pro spinální pacienty a informujte ošetřující personál o vysokém riziku vzniku dekubitu a nutnosti polohovat střídavě na boky a záda každé tři hodiny.

Zdravotní stav můžete konzultovat na Spinální jednotce FN Motol, tel. 224439207 nebo 9253.

Doc. MUDr. Jiří Kříž
Primář Spinální jednotky FN Motol
Předseda České společnosti pro míšní léze