



Alergicy a COVID-19 – ryzyko zakażenia, leczenie, odczulanie. Pytania i odpowiedzi

COVID-19 to ostra choroba zakaźna układu oddechowego wywołana zakażeniem wirusem SARS-CoV-2. U osób dorosłych jej najczęstszymi objawami są wysoka gorączka, kaszel, duszności i osłabienie. Szacuje się, że 81 proc. osób ma łagodny przebieg choroby, jednak szczególnie narażone na cięższy przebieg COVID-19 są osoby z pewnymi chorobami przewlekłymi.

Czy alergicy są bardziej narażeni na zakażenie koronawirusem SARS-CoV-2?

Analiza danych dotyczących 140 osób hospitalizowanych z powodu COVID-19 (Wuhan, Chiny) wykazała, że choroby alergiczne i astma nie są czynnikami ryzyka zakażenia SARS-CoV-2.

Czy alergicy mogą mieć cięższy przebieg choroby COVID-19?

Należy pamiętać, że szczególnie narażone na cięższy przebieg choroby są osoby powyżej 60. roku życia oraz pacjenci z niektórymi chorobami przewlekłymi, np. układu krążenia (w tym chorobą wieńcową serca i nadciśnieniem tętniczym), układu oddechowego i nowotworami.

Nie wykazano zwiększonego ryzyka ciężkiego przebiegu choroby COVID-19 u osób z chorobami alergicznymi i astmą.

Dlaczego warto kontynuować dotychczasowe leczenie astmy?

Lekarze podejrzewają, że w przypadku złej kontroli astmy i zaostrzenia jej objawów przebieg COVID-19 może być cięższy. Dlatego zaleca się kontynuowanie leczenia i utrzymywanie dobrej kontroli objawów choroby podstawowej.

Kontynuacja leczenia i dobra kontrola astmy to również mniejsze ryzyko potrzeby udania się na ostry dyżur czy korzystania z pilnej pomocy medycznej – w obecnej sytuacji epidemicznej taki typ konsultacji zwiększa ryzyko zakażenia wirusem SARS-CoV-2.

Odłóż wizyty, które nie są pilne na późniejszy termin lub zamień wizytę stacjonarną na poradę telefoniczną, jeśli twój stan zdrowia na to pozwala.



Czy leki przeciwhistaminowe zwiększają ryzyko zakażenia SARS-CoV-2?

Leki przeciwhistaminowe stosowane dość często w przebiegu chorób alergicznych nie osłabiają układu odpornościowego. Nie ma powodu, by zwiększały ryzyko zakażenia infekcją wirusową lub bakteryjną. Zaleca się kontynuację dotychczasowego leczenia przeciwhistaminowego.

Kontynuować czy przerwać odczulanie?

Zgodnie z wytycznymi Konsultanta Krajowego w dziedzinie alergologii w sprawie prowadzenia swoistej immunoterapii alergenowej w okresie epidemii COVID-19 plan postępowania należy w każdym przypadku ustalać indywidualnie z alergologiem, który przeanalizuje twoją dokumentację medyczną i określi wskazania do kontynuacji lub czasowego przerwania immunoterapii i zaproponuje dalsze postępowanie.

Objaw	COVID-19	Choroba alergiczna
Gorączka	+ (90 proc. przypadków)	-
Suchy kaszel	+	+ (zwłaszcza astma)
Duszności	+	+ (zwłaszcza astma)
Zmęczenie	+	+
Ból gardła	+	-
Ból mięśni	+	-
Zatkany nos	Rzadko (5 proc.)	+
Katar	-	+
Kichanie	-	+
Świąd, zaczerwienienie i łzawienie oczu	rzadko	+
Sucha skóra i świąd	-	+

Przebieg COVID-19 u dzieci i dorosłych się różni. U dzieci najczęstszymi objawami są: gorączka (zwykle nieprzekraczająca 37,5°C), kaszel i zaczerwienienie gardła.

Jakie są zalecenia dla alergików na czas pandemii COVID-19?

Nie ma silnych dowodów naukowych dotyczących postępowania w astmie czy chorobach alergicznych podczas pandemii COVID-19. Zalecenia ekspertów opierają się na wiedzy dotyczącej chorób alergicznych i rozpowszechniania się zakażeń SARS-CoV-2.



- W przypadku astmy zalecana jest kontynuacja leczenia i monitorowanie objawów, zarówno pod kątem zaostrzenia choroby podstawowej, jak i wystąpienia COVID-19. Nie zaleca się przerywania leczenia, również biologicznego. Wyjątkiem jest sytuacja, gdy lekarz prowadzący zaleci inaczej.
- Osoby stosujące leki immunosupresyjne mogą być w grupie zwiększonego ryzyka infekcji. Powinny kontynuować leczenie, by zapobiec zaostrzeniu choroby podstawowej. Wyjątkiem jest sytuacja, gdy lekarz prowadzący zaleci inaczej.
- W miarę możliwości powinno się zamienić wizyty stacjonarne na porady telefoniczne lub przesunąć je w czasie, by zostać w domu i zmniejszyć ryzyko zakażenia SARS-CoV-2.
- Osoby przyjmujące stałe leki powinny upewnić się, że są zaopatrzone w niezbędne leki na okres przynajmniej kolejnych 30 dni.
- Wszyscy powinni stosować odpowiednie środki zapobiegawcze.

ŚRODKI ZAPOBIEGAWCZE DLA ALERGIKÓW I ASTMATYKÓW NA CZAS PANDEMII COVID-19

- Unikaj czynników zaostrzających objawy chorób alergicznych i astmy, jeśli są one znane. *Więcej o radzeniu sobie z alergią wziewną dowiesz się z artykułu "Kalendarz pylenia 2020".*
- Jeżeli możesz, zostań w domu. Wychodź tylko w sytuacjach uzasadnionych: spacer z psem, zakupy, praca, opieka nad bliskimi.
- Często myj ręce wodą z mydłem lub dezynfekuj je odpowiednim preparatem na bazie alkoholu (min. 60%).
- Unikaj dotykania twarzy, w tym okolicy nosa, oczu, ust.
- Ogranicz spotkania z innymi ludźmi do minimum, w razie kontaktu zachowaj odległość przynajmniej 2 m od drugiej osoby.
- Zostań w domu, zwłaszcza w razie wystąpienia objawów grypopodobnych.
- Zakrywaj usta i nos podczas kaszlu i kichania przedramieniem lub chusteczką jednorazową (którą niezwłocznie po użyciu wyrzuć).
- Nie noś maseczki ochronnej, jeśli nie zauważyłeś u siebie objawów grypopodobnych.
- Regularnie odkażaj powierzchnie użytkowe, tj. klamki, uchwyty, blaty. Unikaj preparatów, które mogą zaostrzać objawy choroby podstawowej.
- Przestrzegaj zaleceń Ministerstwa Zdrowia, służb sanitarnych i personelu medycznego.