



HFA
Heart Failure
Association

WAT PATIËNTEN MET HARTFALEN MOETEN WETEN OVER COVID-19:

COVID-19 is een nieuw coronavirus. Het bevat genetisch materiaal dat menselijke cellen kan infecteren, die zich dan vermenigvuldigen en meer virus produceren. De COVID-19-pandemie is een snel evoluerende volksgezondheidsnoodsituatie. Het begon eind december 2019 in Wuhan City, provincie Hubei in China en heeft zich snel verspreid naar landen en gebieden wereldwijd.

De besmetting van mens op mens vindt plaats via hoesten en niezen. Ademdruppels die het virus bevatten, kunnen u infecteren als ze in contact komen met de mond, neus of ogen. Het virus kan ook oppervlakken besmetten en hier meerdere dagen of langer op overleven. Minstens 80% van de geïnfecteerde patiënten ervaart milde symptomen en herstelt zonder intensieve medische interventie.

Tekenen van COVID-19 zijn griepachtige symptomen zoals koorts, nieuw en aanhoudend hoesten, vermoeidheid, hoofdpijn en keelpijn. Het virus kan bij sommige patiënten leiden tot longontsteking, met progressieve ademhalingsmoeilijkheden en kan in ernstigere gevallen fataal zijn. Het totale sterftecijfer door COVID-19, op basis van de eerste gepubliceerde rapporten, blijft echter laag op ongeveer 2%.

WAT BETEKENT COVID-19 VOOR PATIËNTEN MET HARTFALEN?

Ernstige complicaties met noodzaak voor ziekenhuisopname nemen aanzienlijk toe met de leeftijd. Mensen ouder dan 70 jaar lopen een bijzonder hoog risico omdat velen ook lijden aan hartfalen en andere onderliggende medische aandoeningen.

Patiënten met chronische ademhalingsaandoeningen, chronische hart- en vaatziekten zoals **hartfalen**, suikerziekte, hoge bloeddruk, kanker, auto-immuunziekten of patiënten die na transplantatie immunosuppressiva gebruiken, zijn kwetsbaarder voor de ergste gevolgen van het virus. Patiënten met hartfalen lijden mogelijk aan één of meerdere van deze andere aandoeningen en lopen daarom meer gevaar voor ziekenhuisopname en ernstige complicaties.

Om bovenstaande redenen worden de volgende aanbevelingen gedaan:

Algemene preventieve maatregelen

- 1- **Vermijd nauw contact met andere personen, zelfs als deze niet ziek zijn** (handdrukken, knuffels, kussen).
- 2- **Houd ten minste 2 meter afstand** van mensen die ziek zijn of waarvan besmetting vermoed wordt (mensen die onlangs teruggereisd zijn vanuit een land met een recente uitbraak of contact hebben gehad met een COVID-19-patiënt).
- 3- **Blijf thuis** en vermijd zones waar veel mensen samenkomen.
- 4- **Was uw handen regelmatig** met zeep en warm water gedurende ten minste 20 seconden als u buiten bent geweest en ook na toiletgebruik. Was uw handen ook na het snuiten van uw neus, niezen en voordat u gaat eten. Probeer te voorkomen dat u computers, notebooks, smartphones, afstandsbedieningen en andere mogelijk besmette oppervlakken aanraakt als ze door iemand anders zijn gebruikt.
- 5- **Blijf niet in dezelfde ruimte** met een vermoede zieke.
- 6- **Vermijd bijeenkomsten, samenkomsten en drukte** en beperk winkelen zo veel mogelijk.
- 7- **Gebruik het openbaar vervoer niet** tenzij dit niet anders kan.

Praktische tips

- 1- **Probeer thuis actief te blijven en te sporten.** Patiënten kunnen thuis sporten zonder speciale apparatuur. Muziek is vaak nuttig.
- 2- **Probeer voldoende medicijnen** voor uw hartfalen te halen voor tenminste 3 maanden.
- 3- **Probeer uw huidige behandeling en doseringen te blijven volgen.** Dit omvat diuretica en bètablokkers. Het is ook belangrijk dat patiënten hun behandeling met ACE-remmers, AIIIRA's en ARNI's voortzetten.
- 4- **Als u niet al uw medicijnen** bij de apotheek kunt krijgen of als deze op zijn, ga dan door met het innemen van wat u nog heeft en neem contact op met uw arts of verpleegkundige.
- 5- **Doe niet aan zelfmedicatie.** Als u symptomen heeft als toenemende kortademigheid, bespreek dan eventuele aanpassingen in de medische behandeling met een gezondheidswerker. Telefonisch contact zal vaak voldoende zijn om te besluiten over aanpassingen in medicatie, zoals diuretica, of de noodzaak van evaluatie in het ziekenhuis.
- 6- **Probeer te voorkomen dat u plotseling moet stoppen** met medicijnen die de hartslag verlagen, zoals bètablokkers. Ontstekingsremmers (NSAID) moeten worden vermeden.
- 7- **Raadpleeg een arts** als u een van de volgende symptomen ervaart: pijn op de borst, onregelmatige of snelle hartslag; progressieve kortademigheid, ernstige hoest, duizeligheid of flauwvallen. In deze gevallen zijn mogelijk ziekenhuisopname en intensieve controle nodig.
- 8- **Probeer, wanneer de situatie in uw land het toelaat, uw inentingen bij te houden.** Deze omvatten de griepinenting in de winter en de pneumokokkeninenting gezien het verhoogde risico op secundaire bacteriële infectie met COVID-19.
- 9- **Vermijd routinebezoeken aan klinieken/ziekenhuizen** in klinieken voor hartfalen of andere klinieken in gebieden met actieve COVID-19 uitbraken. Vervang bezoeken indien mogelijk door telefonische of telegezondheidscontacten.
- 10- **Als u in direct contact bent geweest met een vermoedelijk met COVID-19-geïnfecteerde patiënt,** moet u uzelf isoleren, controleren op tekenen en symptomen van de ziekte en overwegen uw arts of verpleegkundige hiervan op de hoogte te stellen.
- 11- **Als quarantaine wordt aanbevolen,** bescherm anderen dan door thuis in uw kamer te blijven. Als u het gevoel heeft verkouden te zijn of griep te hebben, hoest of nies dan in een tissue of in uw elleboogholte. U moet een masker gebruiken om verspreiding van het virus te voorkomen.
- 12- **Vraag uw lokale autoriteit om informatie** over de coronavirusepidemie in uw gebied.

Aanbevelingen voor patiënten die symptomen krijgen

- 1- **Patiënten met hartfalen zijn vaak kortademig** bij inspanning en deze patiënten kunnen ook verkoudheid of seizoensgriep krijgen en daardoor meer moeite hebben met ademen. Als de symptomen van de patiënt echter snel verergeren, de ademhaling moeilijk wordt bij minimale activiteit en gepaard gaat met koorts en droge hoest, moet u contact opnemen met een arts of verpleegkundige.
- 2- **Als tekenen en symptomen wijzen** op COVID-19-infectie, behandel uzelf dan met dezelfde ondersteunende maatregelen als bij gewone verkoudheid of griep. Tekenen van COVID-19 kunnen griepachtige symptomen omvatten zoals koorts, hoesten, kortademigheid, vermoeidheid, hoofdpijn en keelpijn.
- 3- **Vloeistoffen zijn belangrijk en paracetamol is vaak doeltreffend** voor het verminderen van symptomen en koorts. Ontstekingsremmers (NSAID) moeten worden vermeden.
- 4- **Gebruik een masker om verspreiding** van het virus naar anderen te voorkomen.
- 5- **Als u vermoedt dat u geïnfecteerd bent, moet u zelfquarantaine toepassen en contact opnemen met uw eerstelijnsarts**, verpleegkundige hartfalen of arts hartfalen voor verdere aanbevelingen over de noodzaak van testen op het COVID-19-virus.