



HFA
Heart Failure
Association

VAD HJÄRTSVIKTPATIENTER BEHÖVER VETA OM COVID-19:

Covid-19 är ett nytt coronavirus. Det innehåller genetiskt material som kan infektera mänskliga celler och som sedan kommer att föröka sig och producera fler virus. Covid 19-pandemin är en folkhälsokris i snabb utveckling. Den startade i slutet av december 2019, i Wuhan, som ligger i Hubeiprovinns i Kina, och har snabbt spridit sig till länder och områden över hela världen.

Spridningen från människa till människa sker genom hosta och nysningar. Droppar från andra personers luftvägar, som innehåller viruset, kan smitta dig genom kontakt med munnen, näsan eller ögonen. Viruset kan också kontaminera ytor och överleva där i flera dagar eller längre. Minst 80 % av de infekterade patienterna upplever lindriga symtom och återhämtar sig utan behov av intensivvård.

Tecken på covid-19 inkluderar influensaliknande symtom som feber, ny och ihållande hosta, trötthet, huvudvärk och halsont. Viruset kan leda till lunginflammation hos vissa patienter med andningssvårigheter som förvärras och kan i allvarigare fall vara dödligt. Det totala antalet dödsfall i covid-19 baserat på de första publicerade rapporterna är dock fortfarande lågt, cirka 2 %.

VAD INNEBÄR COVID-19 FÖR PATIENTER MED HJÄRTSVIKT?

Risken för allvarliga komplikationer, där sjukhusvård krävs, ökar betydligt ju äldre man är. Personer över 70 år löper särskilt hög risk, eftersom många också lider av hjärtsvikt och andra underliggande medicinska tillstånd.

Patienter med kroniska luftvägssjukdomar, kroniska hjärt-kärlsjukdomar som **hjärtsvikt**, diabetes, hypertoni, cancer, autoimmuna sjukdomar eller de som får immunosuppressiva läkemedel efter transplantation är mer sårbara för virusets värsta effekter. Hjärtsviktspatienter kan ha minst ett eller flera av dessa andra tillstånd och är därför utsatta för en högre risk för sjukhusvistelse och allvarliga komplikationer.

Av ovanstående skäl föreslås följande rekommendationer:

Allmänna förebyggande åtgärder

- 1- **Undvik nära kontakt med andra personer även om de inte är sjuka** (handslag, kramar, kyssar).
- 2- **Håll minst två meters avstånd** från personer som är sjuka eller misstänks vara smittade (de som nyligen har rest från ett land med ett pågående utbrott eller som har varit i nära kontakt med en covid-19-patient).
- 3- **Stanna hemma** och undvik tätbefolkade områden.
- 4- **Tvätta händerna ofta** med tvål och varmt vatten i minst 20 sekunder efter att ha varit hemifrån eller efter ett toalettbesök. Du bär också tvätta händerna efter att du snyter dig, nyser och innan du äter. Försök undvika att vidröra datorer, bärbara datorer, smartmobiler, fjärrkontroller och andra eventuellt förorenade ytor om de har använts av någon annan.
- 5- **Vistas inte i samma rum** som en misstänkt sjuk person.
- 6- **Undvik sammankomster, möten och folksamlingar** och begränsa dina butiksbesök i så hög utsträckning som möjligt.
- 7- **Använd inte kollektivtrafik** om det inte är absolut nödvändigt.

Praktiska tips

- 1- **Försök att hålla dig aktiv och träna hemma.** Patienter kan träna hemma utan någon speciell utrustning. Musik är ofta bra.
- 2- **Se till att ha tillräckligt** med hjärtsviktsmedicin hemma så att det räcker i minst tre månader.
- 3- **Försök att fortsätta med din nuvarande läkemedelsbehandling och dosering.** Detta innefattar diuretika och betablockerare. Det är också viktigt att patienterna fortsätter sin behandling med ACE-hämmare, angiotensinreceptorblockerare (ARB) och angiotensinreceptor–neprilysinhammare (ARNI).
- 4- **Om du inte kan få alla dina läkemedel** från apoteket eller om de tar slut, ska du fortsätta att ta den medicin du har hemma och kontakta din läkare eller sjuksköterska.
- 5- **Självmedicinera inte.** Om du får symtom som ökad andnöd bör du diskutera eventuella justeringar av din medicin med sjukvårdspersonal. Telefonkontakt räcker ofta för att fatta beslut om justeringar av läkemedel, såsom urindrivande medel, eller behov av utvärdering på sjukhus.
- 6- **Undvik så långt som möjligt att plötsligt avbryta** din medicinering med läkemedel som sänker pulsen, såsom betablockerare. Antiinflammatoriska läkemedel (NSAID) bör undvikas.
- 7- **Sök sjukvård** om du upplever något av följande symtom: bröstsmärta, oregelbunden eller snabb puls, andnöd som blir värre, svår hosta, yrsel eller svimning. I dessa fall kan du behöva läggas in på sjukhus och möjligen intensivvård.
- 8- **När situationen i ditt land tillåter det, försök att hålla dig uppdaterad om möjligheten till vaccinationer.** Det inbegriper vaccin mot säsongsinfluensan och pneumokockvaccin med tanke på den ökade risken för sekundär bakteriell infektion med covid-19.
- 9- **Undvik rutinmässiga besök på sjukhus,** hjärtsviktskliniker eller andra kliniker i områden med pågående covid-19-utbrott. Ersätt dina besök med telefonkontakt om möjligt.
- 10- **Om du har varit i direkt kontakt med en patient som misstänks vara smittad med covid-19** bör du isolera dig, övervaka tecken och symtom på sjukdomen och överväga att informera din läkare eller sjuksköterska.
- 11- **Om karantän rekommenderas,** ska du skydda andra genom att stanna i ditt rum. Om du känner att du är förkyld eller har influensa, ska du täcka över munnen när du hostar eller nysa i en näsduk eller i armvecket. Använd en mask för att förhindra att viruset sprids.
- 12- **Sök information** hos dina lokala myndigheter om coronavirusepidemin i ditt område.

Rekommendationer för patienter som utvecklar symtom

- 1- **Patienter med hjärtsvikt blir ofta andfådda** vid ansträngning och kan också få svårare att andas om de drabbas av förkylning eller säsongsinfluensa. Om patientens symtom däremot utvecklas snabbt, leder till andningssvårigheter vid minimal aktivitet och dessutom åtföljs av feber och torrhosta är det nödvändigt att kontakta läkare eller sjuksköterska.
- 2- **Om tecken och symtom verkar** tyda på covid-19-infektion ska du behandla symtomen på egen hand på samma sätt som vid förkylning eller influensa. Tecken på covid-19 kan vara influensaliknande symtom som feber, hosta, andnöd, utmattning, huvudvärk och halsont.
- 3- **Det är viktigt med vätska och paracetamol är ofta effektivt** för att minska symtom och feber. Antiinflammatoriska läkemedel (NSAID) bör undvikas.
- 4- **Använd en mask för att förhindra att viruset sprids** till andra.
- 5- **Om du misstänker att du har blivit smittad bör du sätta dig i karantän och kontakta din primärvårdsläkare, hjärtsviktssjuksköterska eller hjärtsviktsläkare** för ytterligare rekommendationer om behovet av att testa för covid-19.