

HEMODIALIZUOJAMŲ PACIENTŲ ŽINIAI

pagal ERA-EDTA EUDIAL darbo grupės rekomendacijas

<https://www.era-edta.org/en/covid-19-news-and-information/#toggle-id-2>

Koronavirusas lengvai perduodamas nuo žmogaus žmogui. Vyresnio amžiaus žmonėms ir žmonėms, sergantiems inkstų nepakankamumu ar kitomis sunkiomis lėtinėmis ligomis, yra didesnė rizika susirgti sunkesne koronaviruso sukelta liga. Dėl šios padidėjusios rizikos pacientams, sergantiems inkstų ligomis, ypač svarbu imtis veiksmų, mažinančių riziką užsikrėsti.

Svarbu, kad visi laikytųsi šių prevencinių priemonių:

- **Likite namie** -ne dializės dienomis būkite namie, naudokite asmeninį transportą vykti į dializės įstaigą ir iš jos, venkite viešojo transporto, susilaikykite nuo kelionių po šalį, venkite asmeninių kontaktų ir susilaikykite nuo viešų, privačių ar religinių renginių (šeimų susibūrimų, santuokų, laidotuvių ir kt.). Geriau vengti asmeninio kontakto, ypač su vaikais ir anūkais, nes jaunesni gali platinti ligą ir nejausdami jokių simptomų.
- **Venkite sergančių.** Kuo labiau apribokite tiesioginį kontaktą su kitais.
- **Kosint ir čiaudint prisidenkite** – prisidenkite servetėle, kurią iškart išmeskite į šiukšlių dėžę. Jei servetėlės neturite, kosėkite ar čiaudėkite į vidinę rankovės pusę, alkūnės link, o ne į ranką.
- **Dažnai plaukite rankas** – plaukite su muilu ir vandeniu bent 20 sekundžių (plaudami rankas skaičiuokite iki 20-ies – tai užtikrins, kad jas plausite pakankamai ilgai); ypač pasinaudojus tualetu, prieš valgį, nusišnypštus, pakosėjus ar nusičiaudėjus. Jei neturite muilo ir vandens, naudokite rankų valiklį 60-95 % alkoholio pagrindu.
- **Valykite** - labai dažnai valykite daug liečiamus daiktus, pavyzdžiui, durų rankenas.
- **Nelieskite savo veido**, ypač akių, nosies ir burnos neplautomis rankomis.
- **Veido kaukę dėvėkite** - jei jūsų sveikatos priežiūros darbuotojai ar kas nors iš visuomenės sveikatos darbuotojų sako, kad turėtumėte tai daryti.
- **Venkite** sveikinti žmones rankos paspaudimu, apkabinimu ar bučiniu. Pakaks šypsenos ir pasisveikinimo žodžiu.

Jeigu Jums yra didesnė rizika susirgti koronaviruso infekcija, pvz., jei Jums atliekamos hemodializės, turėtumėte:

- Turėti sukauptų atsargų, įskaitant vaistus.
- Kasdien elkitės apdairiai (žr. toliau), kad išlaikytumėte atstumą tarp savęs ir kitų.
- Kai išseinate į viešumą, laikykitės atokiau nuo kitų sergančiųjų, ribokite artimus ryšius.
- Dažnai plaukite rankas.
- Venkite viešojo transporto.
- Kiek įmanoma venkite sambūrių.
- Koronaviruso protrūkio jūsų vietovėje metu kuo daugiau būkite namie.

Kodėl reikia ruoštis koronaviruso protrūkiui?

Jei jūsų vietovėje yra viruso protrūkis ir turite sumažinti riziką susirgti, svarbu, kad Jūsų namuose būtų stabiliai pakankamai maisto. Stabilios atsargos – tai ilgai negendantys maisto

produktai, pavyzdžiui, konservuoti maisto produktai. Svarbu pasiruošti dabar, 2-3 savaitėms sukauptam sveiko, inkstams palankaus maisto, gėlo vandens ir vaistų. Tai padės sumažinti infekcijos riziką, nes leis išvengti perpildytų erdvių, tokių kaip maisto prekių parduotuvės ir vaistinės.

O kaip Jūsų dializės procedūros ir/arba medicininiai paskyrimai?

SVARBI PASTABA: Jeigu Jums atliekama dializė, NEPRALEISKITE procedūrų. Jei jaučiatės blogai, turėjote kontaktą su įrodytu COVID-19 teigiamu asmeniu ar turite kokių nors kitų rūpesčių, kreipkitės į savo kliniką, kad dializės centras galėtų pasirinkti, ar pirmiausia reikia Jums pasitikrinti dėl koronaviruso (atlikti tyrimą) ir ar dializės centras gali būti pasirengęs Jūsų atvykimui. Be to, prieš atvykstant į dializės centrą, nedelsdami turėtumėte informuoti darbuotojus apie karščiavimą ar kvėpavimo takų ligos simptomus.

Bendros higienos priemonės, kurių galite imtis kaip hemodializuojamas pacientas:

- (1) Pacientų laukimo patalpose naudokite alkoholio dozatorių.
- (2) Jei Jums atliekamos hemodializės, prieš pradėdami dializę nusiplaukite rankas bei fistulės ranką ir kruopščiai dezinfekuokite punkcijų vietas.

Atminkite, kad nėra reikalo ar naudos dėvėti kaukes, norint judėti ligoninės palatose, koridoriuose ar takais. Netinkamas šių priemonių naudojimas - tai išteklių eikvojimas, kuris realios ir pagrįstos būtinybės atveju gali sąlygoti didelį trūkumą.

Hemodializuojamiems pacientams, turėjusiems kontaktą su žmonėmis, turinčiais didelę tikimybę būti užsikrėtusiais, arba su žmonėmis, kurių tyrimo rezultatai vėliau buvo teigiami:

Jei teko bendrauti su žmonėmis, turinčiais didelę tikimybę būti užsikrėtusiais, arba su žmonėmis, kurių tyrimo rezultatai vėliau buvo teigiami, nedelsdami kreipkitės į savo dializės įstaigą. Dializės įstaigos darbuotojai gali paprašyti laikytis kai kurių taisyklių. Be kita ko, jos gali būti sekančios:

- (1) Jei ligos apraiškų nėra: visą laiką dėvėkite chirurginę kaukę - atvykdami į centrą, per visą dializės trukmę ir iki išvykimo. Čiaudėdami naudokite vienkartinės nosinaites ir jas išmeskite po kiekvieno vienkartinio naudojimo. Taip pat rekomenduojama kruopščiai naudotis dezinfekavimo priemonėmis.
- (2) Jei Jums reikia vykti į dializę, bet karščiujate ar turite kvėpavimo takų infekcijos simptomų, greičiausiai būsite nukreiptas į skubios pagalbos skyrių ar specialų COVID-19 skyrių, kur jus įvertins skubios pagalbos darbuotojai ir infekcinių ligų specialistai.

Jei esate namų hemodializės pacientas arba peritoninės dializės pacientas, jei įmanoma, jums turėtų būti teikiama pagalba namuose, naudojantis nuotoline pagalba ar kitomis klinikinio valdymo elektroninėmis sistemomis ir papildomai apsilankant namuose sveikatos priežiūros darbuotojams, jei nusprendžiama, kad tai būtina