



HEMODIALIZUOJAMŲ PACIENTŲ ŽINIAI pagal ERA-EDTA EUDIAL darbo grupės rekomendacijas

<https://www.era-edta.org/en/covid-19-news-and-information/#toggle-id-2>,
papildyta pagal CDC (Ligų kontrolės ir prevencijos centrų) rekomendacijas
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/dialysis.html> (2020/08/17)

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 laikytusi šiu kasdieninių viruso plitimo prevencinių priemonių:

- **Likite namie** - ne dializės dienomis būkite namie, venkite asmeninių kontaktų ir susilaikykite nuo viešų, privačių ar religinių renginių (šeimų susibūrimų, santuokų, laidotuvių ir kt.); pagal galimybę venkite ir asmeninio kontakto su artimaisiais (vaikais, anūkais), nes jaunesni gali platinti ligą nejausdami jokių simptomų; Venkite sveikinti žmones rankos paspaudimu, apkabinimu ar bučiniu. Pakaks šypsenos ir pasisveikinimo žodžiu.
- **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, išsišnypštus nosį, pakosėjus ar nusičiaudėjus. Jei neturite muilo ir vandens, naudokite rankų dezinfekcinį skystį 60-95 % alkoholio pagrindu.
- **Nelieskite** savo veido, ypač akių, nosies ir burnos neplautomis rankomis.
- **Bendraudami** su kitu asmeniu ar būdami vietoje, kur yra daugiau žmonių, **nuolat dėvėkite nosį bei burną dengiančią kaukę, bendraujant išlaikykite saugų 2 metrų atstumą.**
- **Venkite sergančių.** Kuo labiau apribokite tiesioginį kontaktą su kitais.
- **Jei yra galimybė, į hemodializės procedūrą ir iš jos, vykite naudodami asmeninį transportą,** venkite viešojo transporto, susilaikykite nuo kelionių po šalį. **Jei į procedūrą vykstate dializės centro transportu, visos kelionės laiku dėvėkite nosį ir burną dengiančią kaukę, transporte išlaikykite saugų 1,8-2 m atstumą.** Hemodializės centre venkite būriuotis laukiamajame, rūbinėje.
- **Kosint ir čiaudint prisidenkite** – prisidenkite servetėle, kurią iškart išmeskite į šiukšlių dėžę. Jei servetėlės neturite, kosėkite ar čiaudėkite į vidinę rankovės pusę, alkūnės linkį, o ne į ranką.
- **Valykite** - labai dažnai valykite daug liečiamus daiktus, pavyzdžiui, durų rankenas.

Jums yra didesnė rizika susirgti koronaviruso infekcija, be to, Jums atliekamos hemodializės:

NEPRALEISKITE hemodializės procedūrų.

Jeigu jaučiatės blogai, jei naujai atsirado karščiavimas, kosulys, gerklės skausmas, didelis bendras silpnumas, raumenų skausmai, viduriavimas, tapo sunku kvėpuoti ar paskutinių 14d. laikotarpiu turėjote kontaktą su įrodytu COVID-19 teigiamu asmeniu ar turite kokių nors kitų naujų skundų, kurie neramina, nedelsiant telefonu kreipkitės į Jus prižiūrintį gydytoją nefrologą ar į savo hemodializės kliniką, kad gydantis gydytojas ar dializės centro atstovas galėtų nuspręsti, ar pirmiausia reikia Jums pasitikrinti dėl koronaviruso (atlikti tyrimą), ir ar dializės centras gali būti pasirengęs Jūsų atvykimui.

Kodėl reikia ruoštis koronaviruso protrūkiui?

Jeigu jūsų vietovėje yra koronaviruso protrūkis ir turite sumažinti riziką susirgti, svarbu, kad Jūsų namuose būtų stabiliai pakankamai maisto ir vaistų atsargų. Stabilios atsargos – tai ilgai negendantys maisto produktai, pavyzdžiui, konservuoti maisto produktai. Svarbu pasiruošti dabar, 2-3 savaitėms sukaupti 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.

Bendros higienos priemonės, atsiradusios dėl COVID-19 pandemijos, siekiant užtikrinti didesnę Jūsų saugumą hemodializės procedūros metu:

1. Visiems atvykusiems dializei ir juos lydintiems asmenims matuoti temperatūrą bei dar kartą paklausti ar nėra naujai atsiradusių tokių simptomų, kaip gerklės skausmas, didelis bendras silpnumas, sunkumas kvėpuojant, raumenų skausmai, viduriavimas, ar kam nors iš artimos aplinkos paskutinių 14d. laikotarpiu nebuvo nustatyta COVID-19 infekcija;
2. Įeinantiems į dializės skyrių pacientams ir juos lydintiems asmenims turėtų būti prieinama dezinfekcijos priemonė, kuria galima pasinaudoti be prisilietimo („laisvų rankų“).
3. Patalpose yra sužymėtos sėdėjimo saugiu atstumu vietos, vengiant būriavimosi bei išlaikant saugų 2 metrų atstumą tarp pacientų;
4. Į procedūros patalpą galima patekti, kai kita pamaina jau išvykusi;
5. Hemodializės salėje (esant galimybei) pacientai vienas nuo kito turi būti guldomi, išlaikant saugų 2 metrų atstumą;
6. Jei Jums atliekamos hemodializės, prieš procedūrą nusiplaukite rankas bei fistulės ranką ir kruopščiai dezinfekuokite punkcijų vietas.
7. Dializės metu pacientai turėtų nevalgyti. Sergantys cukriniu diabetu gali atsinešti patogų maistą, pavyzdžiui, saldainių, kad išvengtų hipoglikemijos.

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

Jeigu paskutinių 14d. laikotarpiu Jums teko bendrauti su žmonėmis, turinčiais didelę tikimybę būti užsikrėtusiais, arba su žmonėmis, kurių tyrimo rezultatai vėliau buvo teigiami,

nedelsdami kreipkitės telefonu 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 ir neatsirado, 14 dienų Jums turi būti taikomas izoliacinis režimas. Tai reiškia, kad:

- Jūs galite būti dializuojamas kitoje pamainoje, su kitais pacientais, kurie taip pat turėjo kontaktą su sergančiuoju COVID-19 infekcija,

- nuolat turite dėvėti nosį bei burną dengiančią kaukę,

- būti namuose;

- išvykti iš namų galite tik į gyvybiškai Jums reikalingą hemodializės procedūrą arba į gydymo įstaigos skubios pagalbos skyrių GMP automobiliu;

- stebėti savo sveikatos būklę. Jei naujai atsirado karščiavimas, kosulys, gerklės skausmas, didelis bendras silpnumas, raumenų skausmai, viduriavimas, tapo sunku kvėpuoti, nedelsiant telefonu turite kreiptis į savo hemodializės centrą ar šeimos gydytoją, ar tel.112, kur Jums bus suteikta informacija dėl tolimesnių veiksmų.

2. Jei Jums jau patvirtinta COVID-19 infekcija, neturite jai būdingų simptomų ir leista gydytis namie, hemodializės procedūra Jums bus atliekama pagal Jūsų hemodializės centro numatytą grafiką atskiroje pamainoje (tai gali būti vakarinė pamaina arba kita diena, kai centre hemodialize negydomi kiti sveiki dializės pacientai).

- procedūrą atlieka tik su sergančiuoju dirbantis medicinos personalas, laikantis aukščiausio lygio apsaugos priemonių;

- Jūs taip pat turite laikytis medicinos personalo nurodytų saugos reikalavimų;

- būtina žinoti, kad, kai pacientas serga 5 stadijos lėtine inkstų liga bei yra gydomas hemodializėmis, dėl Jūsų imuninės sistemos ypatumų (ji yra silpna, ir ilgiau kovoja su virusinėmis infekcijomis), izoliacinis laikotarpis yra ilgesnis. Todėl hemodializės procedūrų atlikimas atskirai bei izoliacija tokiam pacientui **trunka iki 20d.** (nuo simptomų pradžios), **arba iki 2-ju pirmų teigiamų PGR tyrimo rezultatų.** Šiuo atveju, apie numatomą gydymo laiko trukmę sprendžia Jūsų gydantis hemodializės centro gydytojas.

Jei Jums reikia vykti į dializę, bet karščiuojate ar turite kvėpavimo takų infekcijos simptomų, greičiausiai būsite nukreiptas į skubios pagalbos skyrių ar specialų COVID-19 skyrių, kur jus įvertins skubios pagalbos skyriaus darbuotojai ir infekcinių ligų specialistai.

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