

Covid číhá na kuřáky

Plicní pacienti se často obávají koronavirové nákazy. Ale ne vždy jsou jejich obavy opodstatněné. Zvýšené nebezpečí hrozí jen některým z nich.

IVANA MATYÁŠOVÁ

Nemocní s chronickými dýchacími problémy mívají často poníčené plíce tak jako tak. Už proto se koronavirové nákazy obávají asi víc než běžná populace. Hodně však záleží na tom, jaký typ onemocnění mají a jak se jim ho daří držet pod kontrolou. „Pokud astmatik užívá správně své léky, pak se určitě nemusí koronavirové nákazy obávat víc než běžná populace,“ říká profesorka plicního lékařství Martina Vašáková. Působí jako předsedkyně České pneumologické a ftizeologické společnosti ČLS JEP a přednostka Pneumologické kliniky 1. Lékařské fakulty UK a Fakultní Thomayerovy nemocnice v Praze. (Ftizeologie je lékařská disciplína zabývající se prevencí, diagnostikou a léčením tuberkulózy – pozn. red.)

„Vyšší ohrožení se týká hlavně pacientů s chronickou obstrukční plicní nemocí neboli CHOPN,“ vysvětluje profesorka Vašáková. Toto zánětlivé onemocnění úzce souvisí s kouřením a pobytem v zakouřeném prostředí.

Stres nahrazá závislostem

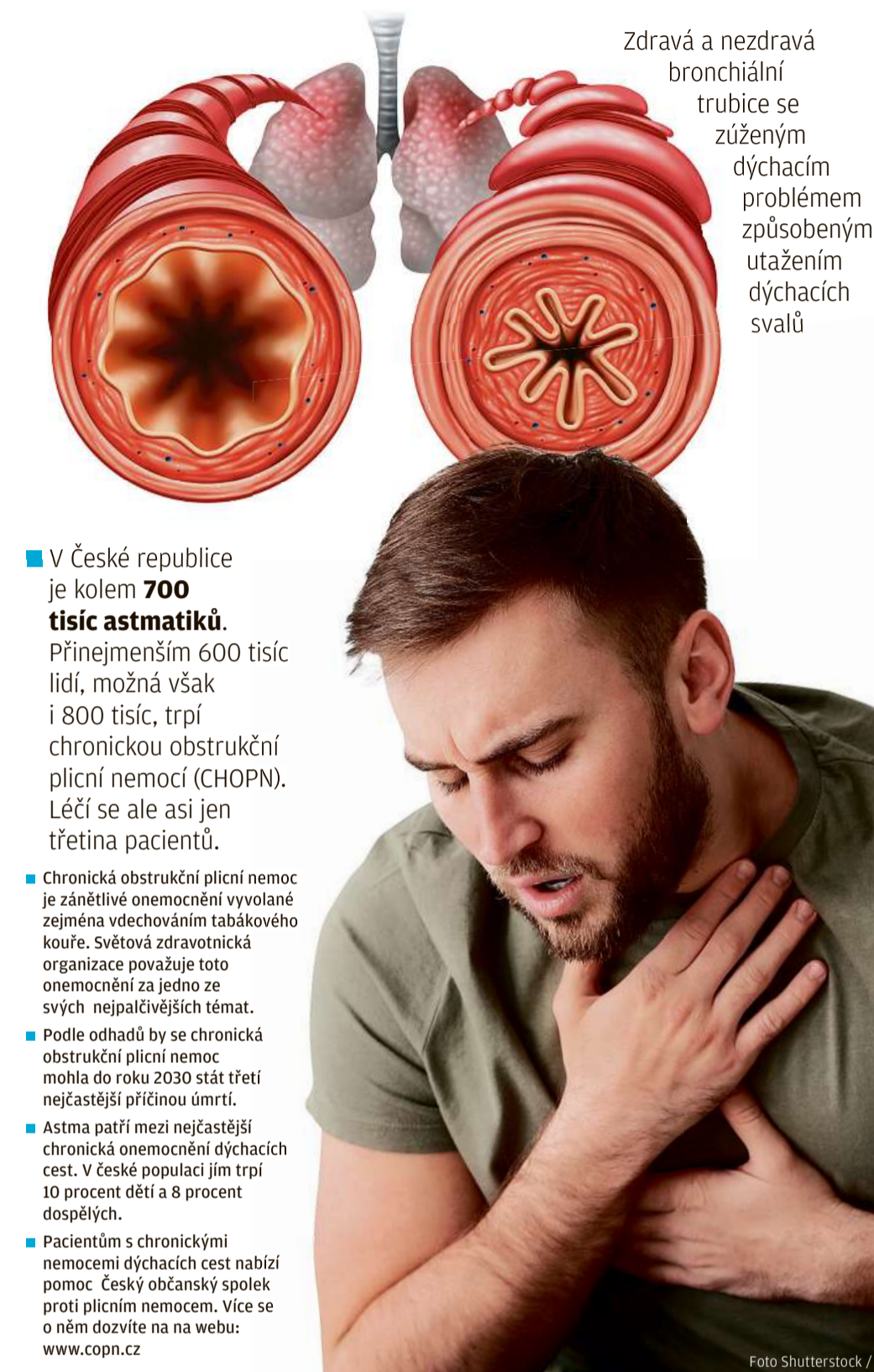
Řada zahraničních studií potvrdila, že lidé s chronickou obstrukční plicní nemocí, kteří jsou aktivními kuřáky, mají až pětinašobně vyšší riziko onemocnění covidem-19. Koronavirová pandemie by tedy zdanlivě mohla být pro tyto lidi motivací k tomu, aby s kouřením přestali. Realita je však trochu jiná.

„K tomu, aby se člověk dokázal vyrovnat se svou závislostí, musí být psychicky vyrovnaný a dostatečně silný,“ uvádí věci na pravou míru profesorka Vašáková. „Naši pacienti jsou ale současnou situací leckdy natolik vystresováni, že spíš kouří víc než obvykle.“

Mnozí z nich navíc trpí i dalšími chronickými nemocemi. Mohou to být například obezita, diabetes, či ischemická choroba srdeční. Tyto choroby přitom nejen zvyšují riziko onemocnění covidem-19, ale mnohdy zhoršují i jeho průběh.

Dlouhodobé potíže

Nejtěžší průběh koronavirového onemocnění paní profesorka zatím zaznamenala zejména u obezích pacientů a pacientů s CHOPN. Mnozí z nich přitom svoji obezitu, která úzce souvisí s nezdravými životními návyky, za žádnou nemoc nepovažují. A za současné vypjaté situace nemívají vždycky dost sil se nezdra-



Zdravá a nezdravá bronchiální trubice se zúžením dýchacím problémem způsobeným utažením dýchacích svalů

■ V České republice je kolem **700 tisíc astmatiků**.

Přinejmenším 600 tisíc lidí, možná však i 800 tisíc, trpí chronickou obstrukční plicní nemocí (CHOPN). Léčí se ale asi jen třetina pacientů.

■ Chronická obstrukční plicní nemoc je zánětlivé onemocnění vyvolané zejména vdechováním tabákového kouře. Světová zdravotnická organizace považuje toto onemocnění za jedno ze svých nejpálčivějších témat.

■ Podle odhadů by se chronická obstrukční plicní nemoc mohla do roku 2030 stát třetí nejčastější příčinou úmrtí.

■ Astma patří mezi nejčastější chronická onemocnění dýchacích cest. V české populaci jím trpí 10 procent dětí a 8 procent dospělých.

■ Pacientům s chronickými nemocemi dýchacích cest nabízí pomoc Český občanský spolek proti plicním nemocem. Více se o něm dozvíte na webu: www.copn.cz

vých stravovacích a pohybových návyků zbvít.

O tom, že onemocnění covid-19 může poškodit plíce, není pochyb. „Jak často k tomu dochází, však zatím nevíme,“ říká primář 1. kliniky tuberkulózy a respiračních onemocnění Všeobecné fakultní nemocnice (VFN) v Praze, doktor Jiří Votruba. „Stejně tak neexistuje výzkum, který by nám ukázal, jaké následky na plících toto onemocnění zanechává.“

V současné době proto na jeho pracovišti probíhá studie, která by mohla dát alespoň částečnou odpověď na podobné otázky. Dlouhodobé obtíže trvající týdny i měsíce zde zatím zaznamenali u pacientů, kteří prodělali takzvanou covidovou pneumonii. Při

Pacienti s chronickou obstrukční plicní nemocí jsou současnou situací leckdy natolik vystresováni, že kouří víc než obvykle

”

tomto onemocnění dochází k přetrvávajícím zánětlivým změnám nebo zjizvení plicní tkáně, které může být dočasné, ale i trvalé.

Zmapovat jeho dopady se v současné době snaží nejen lékaři ze Všeobecné fakultní nemocnice, ale i mnozí z jejich zahraničních kolegů. Obzvláště nebezpečná může být covidová pneumonie pro pacienti s plicními fibrózami.

Mají už totiž plíce zjizvené v důsledku své nemoci a covid-19 může jejich obtíže výrazně zhoršit. Právě pro ně mohou mít proto nové poznatky zásadní význam. I z toho důvodu je v České republice připravován projekt sledování pacientů po prodělaném těžkém covidu-19 právě v ambulancích plicních lékařů.

Rakovina nepočká!

Pneumologům ale v současné době nedělá starost jen covid-19.

„Pacienti se dnes bojí chodit k doktorovi,“ upozorňuje primář Votruba. „A leckdy tak riskují, že prošvihnou počáteční stadia nemoci.“

V některých případech to může být průduškové onemocnění, jindy však i rakovina plic. Na plicní klinice VFN zaznamenali během koronavirové pandemie desítky podobných případů. Právě nedávno vyšetřoval pan primář muže, který navštívil před pěti měsíci svého praktického lékaře s drobným vykašláváním krve.

Dostal doporučení na bronchoskopické vyšetření dýchacích cest i na spirometrii, při níž je možné zhodnotit funkci plic. Zmíněná vyšetření však kvůli koronavirové pandemii o několik měsíců odložil. A do ordinace doktora Votruby už přišel s generalizovaným nádorem plic.

S podobnými případy se v poslední době setkává i profesorka Martina Vašáková. Přiznává, že v souvislosti s covidem je péče o „neakutní“ pacienty velmi omezená. Zdanlivě nejméně postihuje tato situace chronické pacienty se zavedenou léčbou, kterým může jejich lékař poslat recept elektronickou cestou.

Komplikace ale nastávají ve chvíli, kdy se stávající nemoc zhorší. Takový člověk by měl vždy alespoň telefonicky kontaktovat svého ošetřujícího lékaře. A pokud je to nezbytné, navštívit ho osobně. Samozřejmostí je ovšem v tomto případě i dostatečná ochrana.

Rouška, nebo respirátor?

Někteří pacienti s chronickými dýchacími problémy mívají ale s nošením ochranných pomůcek problém. Mnohdy by jim přitom pomohlo, kdyby roušku nosili pouze tam, kde je to nezbytné. „Pokud jdou k lékaři či na nákup, anebo cestují dopravními prostředky, pak by ji bezesporu měli mít,“ ubezpečuje profesorka Vašáková. „Jestliže se ale chystají na procházku se psem do parku, kde široko daleko nikdo není, pak ji určitě mít nemusí.“

Textilní náhražky chrání podle jejího názoru před infekční nákazou jen velmi málo. Vhodnější jsou dvou až třívrstvé roušky z pevného materiálu, které přiléhají těsně k obličejí a dokážou své nositele ochránit nejen před bakteriemi, ale i před některými viry v kapénce.

I to je důvod, proč se pacienti nyní nenakazí při cestách v městské hromadné dopravě, kde platí povinnost nosit roušky. Tuto skutečnost jasně potvrdily i nedávné epidemiologické studie.

Objevily se dokonce i názory, že díky nošení roušek mají pacienti s chronickou obstrukční plicní nemocí méně infekčních bakteriálních exacerbací neboli náhlých vzplanutí své nemoci. „Podobné teorie však doposud nikdo spolehlivě nepotvrdil,“ říká doktor Votruba. Spíše než roušky doporučuje respirátory alespoň třídy FFP2.

Plicní pacienti často chybují

VÁCLAVA BÁRTŮ
plicní lékařka



Během koronavirové pandemie by se měli mít zvláště na pozoru pacienti, kteří trpí tzv. těžkým problematickým astmatem, a lidé, jejichž astma není plně pod kontrolou. Obojí může totiž ztížit průběh onemocnění covid-19. U správně léčeného astmatu bez příznaků a akutních zhoršení nemoci, označovaných jako vzplanutí, není riziko vyšší než u běžné populace. Podmínkou je především, aby nemocný přesně dodržoval předepsanou léčbu, dávky léků a správnou inhalační techniku.

Onemocněními dýchacího ústrojí, jako je astma a chronická obstrukční plicní nemoc – CHOPN, dnes trpí řada dětí i dospělých. S astmatem na světě žije asi 300 milionů lidí, z toho 800 tisíc Čechů. Běžnou součástí léčby astmatu a CHOPN jsou inhalátory.

Léky se jejich prostřednictvím dostávají přímo do dýchacích cest, kde mají rychlý a potřebný léčebný účinek. Naneštěstí však více než polovina lidí používá své inhalátory špatně. Odhalil to průzkum mezi českými pacienty.

OČIMA LÉKAŘE

Nemoci těchto lidí se tak nedostává potřebné léčby. Do plic jim totiž nepronikne dostatečné množství léku. Mohou svůj zdravotní stav dokonce negativně ovlivňovat.

Někteří pacienti před inhalací řádně nevydechnou nebo vydechnou do inhalátoru. Další chybují ve špatné koordinaci stisknutí dávkovače a nádechu. V takovém případě zůstane lék v ústech a do plic se dostane jen jeho malá část. Totéž platí, pokud nemocný místo zadržnutí léku naopak zadrží dech na předepsanou dobu.

Hlavními zdroji informací o léčebném režimu mají být lékař, který léčbu předepisuje, a odborná zdravotní sestra, která pacienta učí správnou inhalační techniku. Důležitá je však rovněž aktivní role pacienta. Měl by se zdravotníkovi otevřeně komunikovat, klást jim otázky a upozornit je, pokud trpí nějakými obtížemi nebo si zkrátka není jistý, zda svůj lék užívá správně. Názorné videoukázky, jak zacházet s různými typy inhalátorů, je možné zhlédnout na internetových stránkách MujInhalator.cz.

Autorka je vedoucí lékařka plicního oddělení v Medicin, a. s.

Události týdne ve vědě a zdravotnictví

1 Zdravé jídlo způsobuje alergie

■ Příliš důkladná kontrola kvality potravin by mohla stát za současným růstem počtu případů nejrůznějších potravinových alergií. Vědci přitom dosud přičítali problémy s alergiemi nedostatečnému vystavení lidského imunitního systému parazitům.

2 Test raketového motoru nevyšel

■ NASA musela předčasně ukončit zkoušku motoru pro plánovanou raketu Space Launch System (SLS). Motor měl podle plánu hořet asi osm minut. Nakonec však zážeh trval jen něco přes minutu. SLS má sloužit k pilotovaným letům na Měsíc a časem i na Mars.

3 Studenti šířili COVID

■ Ve Velké Británii přijelo na Vánoce domů přibližně milion studentů. Průměrný vysokoškolák nakažený covidem infikoval podle nové studie 0,94 člena své rodiny. Pokud mělo covid jedno procento studentů, znamená to 9400 nových případů nemoci.

4 Nepíchejte si lysohlávký

■ Třicetiletý Američan si připravil čaj z halucinogenní houby Psilocybe cubensis a vpravil si ho do žíly. Část spor houby přežila a začala růst v jeho krvi. Muž strávil 22 dnů na jednotce intenzivní péče. Má bipolární poruchu a je závislý na opiátech.

5 Žabáci mávají na partnerky

■ Žaby Sachatamia orejuela žijí na vlhkých kamenech poblíž vodopádů v Ekvádoru a Kolumbii. Jejich samičky mohou kvůli hlasitému zvuku padající vody přeslechnout kvákání samců. Žabáci na přeto mávají tlapkami. Používají přední i zadní.

Zdroj: ČTK, RJ