

ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΝΟΣΟ ΠΑΡΚΙΝΣΟΝ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΠΑΝΔΗΜΙΑ ΤΟΥ ΚΟΡΩΝΟΪΟΥ ΚΑΙ ΤΙΣ ΛΟΙΜΩΞΕΙΣ

1. Έχουν οι ασθενείς με νόσο Πάρκινσον μεγαλύτερο κίνδυνο να νοσήσουν από κορωνοϊό ;

Οι ασθενείς με νόσο Πάρκινσον (ΝΠ), ανεξαρτήτως ηλικίας, πάσχουν από ένα χρόνια νευρολογικό νόσημα, και επομένως ανήκουν σε ευπαθή ομάδα. Δεν υπάρχει κάποια ένδειξη ότι οι Παρκινσονικοί ασθενείς είναι πιο επιρρεπείς στην ανάπτυξη της νόσου από κορωνοϊό. Ασθενείς όμως με ΝΠ, ιδιαίτερα σε προχωρημένο στάδιο της νόσου, όπου παρουσιάζουν σημαντικό περιορισμό της κινητικότητάς τους, θα δυσκολευτούν περισσότερο να αντιμετωπίσουν μια λοίμωξη του αναπνευστικού από κορωνοϊό. Η καλύτερη συμβουλή για τους Παρκινσονικούς ασθενείς είναι η πρόληψη της λοίμωξης με τα μέτρα κοινωνικής αποστασιοποίησης.

2. Έχουν οι Παρκινσονικοί ασθενείς επηρεασμένο το ανοσολογικό τους σύστημα;

Δεν υπάρχει ένδειξη για κάτι τέτοιο. Η ανοσολογική απάντηση των ασθενών με ΝΠ είναι παρόμοια με αυτών που δεν έχουν τη νόσο.

3. Θα πρέπει να κάνω εμβόλια για πνευμονιόκοκκο/γρίπη;

Ως πάσχοντες από χρόνια νόσημα, συνιστάται γενικά στους ασθενείς με ΝΠ να κάνουν εμβόλιο πνευμονιόκοκκου/γρίπης. Αυτά τα εμβόλια δεν προστατεύουν έναντι του κορωνοϊού. Εάν δεν έχετε κάνει φέτος τα εμβόλια, θα πρέπει να συζητήσετε με τον γιατρό σας εάν η διαδικασία του εμβολιασμού, με την επίσκεψη σε δομές υγείας που συνεπάγεται, είναι η κατάλληλη για εσάς αυτό το διάστημα.

4. Είναι οι ασθενείς με ΝΠ πιο επιρρεπείς σε λοιμώξεις του αναπνευστικού;

Οι ασθενείς με ΝΠ έχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να αναπτύξουν λοίμωξη του αναπνευστικού. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα για τους ασθενείς που είναι σε προχωρημένο στάδιο της νόσου, με σημαντικά επηρεασμένη την κινητικότητά τους.

5. Είναι απαραίτητο να ακολουθήσω τα ραντεβού στον γιατρό μου αυτό το διάστημα; Πως μπορώ να προμηθευτώ την συνταγή μου χωρίς να πάω στο ραντεβού μου; Υπάρχει κάποια συμβουλή για την 3μηνη ή 6μηνη συνταγογράφηση;

Στην παρούσα φάση, είναι ευκατίο να περιορίσετε τις μετακινήσεις σας, ακόμη και την επίσκεψη στον γιατρό σας, εάν δεν είναι τελείως απαραίτητη. Μπορείτε να επικοινωνήσετε με τον γιατρό σας τηλεφωνικά, ή μέσω τηλεϊατρικής, εάν αυτή προσφέρεται, και να σας γράψει την συνταγή, την οποία μπορεί να παραλάβει και ένας οικείος σας. Στα πλαίσια αυτά, εάν χρειάζεστε συνταγή, καλό είναι να είναι μακράς διάρκειας. Μπορείτε επίσης να ενεργοποιήσετε την άυλη

συνταγογράφηση, που θα διευκολύνει περαιτέρω την κατάσταση. Πληροφορίες για την άυλη συνταγογράφηση υπάρχουν στην ιστοσελίδα

https://www.e-syntagografisi.gr/p-rv/VAADIN/help/manual_nopaper_eprescription_taxisnet.pdf

6. Μπορώ να χρησιμοποιήσω φάρμακα για το κοινό κρυολόγημα ή τον βήχα μαζί με τα φάρμακά μου για τη ΝΠ;

Θα πρέπει να προσέξετε εάν παίρνετε ρασαγιλίνη ή σελεγιλίνη, γιατί μπορεί να υπάρχει αλληλεπίδραση με ορισμένα αντιβηχικά σκευάσματα που περιέχουν δεξτρομεθορφάνη. Επίσης, εάν έχετε υπέρταση, πρέπει να αποφεύγετε σκευάσματα που έχουν ψευδοεφεδρίνη.

7. Η ΝΠ επηρεάζει την Αρτηριακή μου Πίεση. Πως μπορεί να με επηρεάσει ο κορωνοϊός;

Γενικά, και η νόσος Πάρκινσον και τα αντι-Παρκινσονικά φάρμακα μπορεί να οδηγήσουν σε μείωση της Αρτηριακής Πίεσης. Προσέξτε για λιποθυμική τάση ή ζάλη όταν είστε όρθιοι. Σε περίπτωση λοίμωξης τα επεισόδια αυτά μπορεί να είναι πιο έντονα. Κάποια απλά μέτρα, όπως ενυδάτωση ή συσφιγκτικά καλσόν, καθώς και αποφυγή μεγάλων γευμάτων μπορούν να βοηθήσουν. Μπορεί όμως εάν επιμένουν τα συμπτώματα να χρειαστεί φαρμακευτική αγωγή. Μερικές φορές μπορεί να υπάρχει το αντίθετο πρόβλημα, αυξημένη αρτηριακή πίεση, ιδιαίτερα ξαπλωμένος. Σε αυτή την περίπτωση, που συνδυάζεται συχνά με υπόταση μέσα στην ημέρα, ένα απλό μέτρο αποτελεί η έγερση της κεφαλής του κρεβατιού η επιπλέον μαξιλάρια.

8. Ο Νευρολόγος μου έχει συστήσει άσκηση. Πως μπορώ να συνεχίσω την άσκηση στην φάση αυτή;

Το καλύτερο στην φάση αυτή είναι να μείνετε στο σπίτι. Εάν πηγαίνατε και κάνατε κάποια ομαδική άσκηση, αυτή πρέπει προσωρινά να ακυρωθεί. Μπορείτε να κάνετε γυμναστική στο σπίτι, και υπάρχουν και πολλοί διαδικτυακοί τόποι που μπορούν να βοηθήσουν με την επίδειξη κάποιων ασκήσεων, πολλές φορές με μουσική. Ειδικά για ασθενείς με ΝΠ, υπάρχουν βίντεο στο <https://www.youtube.com/user/NPFGuru/videos>. Ένα παράδειγμα είναι το demo του San Francisco Ballet (<https://www.youtube.com/watch?v=AdrKZ2m5Tjw&t=544s>).

9. Έχω τοποθετήσει εν τω βάθει εγκεφαλικό διεγέρτη (DBS) και η μπαταρία τελειώνει. Θα μπορέσω να κάνω την επέμβαση που χρειάζομαι για την τοποθέτηση νέας μπαταρίας;

Παρ' ό,τι δεν γίνονται χειρουργεία ρουτίνας, μπορεί η επέμβαση αυτή να είναι απολύτως απαραίτητη για εσάς, γιατί μπορεί να είναι πολύ επικίνδυνο να χαθεί απότομα η ευεργετική δράση του DBS. Πρέπει οπωσδήποτε να επικοινωνήσετε με τον Νευρολόγο και τον Νευροχειρουργό που σας παρακολουθεί για να οργανωθεί η τοποθέτηση νέας μπαταρίας, εφ' όσον φανεί ότι αυτό είναι απαραίτητο.

10. Είμαι φροντιστής ασθενούς με ΝΠ. Ο ασθενής είναι σε οίκο ευγηρίας ή Κέντρο Χρονίων Πασχόντων. Είναι καλύτερα να τον φέρω σπίτι; Μπορώ να τον επισκέπτομαι;

Το βασικό αυτή την εποχή είναι η ασφάλεια. Επικοινωνήστε με το Οίκο Ευγηρίας ή Κέντρο Χρονίως πασχόντων και βεβαιωθείτε ότι ακολουθούν τις υποδείξεις του ΕΟΔΥ. Εάν έχετε αμφιβολία για την ασφάλεια του αγαπημένου σας προσώπου, και εφ' όσον το διάστημα αυτό δεν εργάζεστε, θα μπορούσατε να τον μεταφέρετε στο σπίτι. Πρέπει όμως να είστε σίγουροι ότι και στο σπίτι θα υπάρχει η ανάλογη φροντίδα, και αυτή η φροντίδα θα γίνεται με ασφάλεια. Πρέπει να λάβετε υπ' όψιν ότι η κατάσταση αυτή μπορεί να διαρκέσει πολλούς μήνες. Η απόφαση μεταφοράς λοιπόν στο σπίτι δεν πρέπει να λαμβάνεται ελαφρά τη καρδία.

Είναι καλό να υπάρχει ένας αφιερωμένος φροντιστής για τον ασθενή. Ο φροντιστής πρέπει να επιδεικνύει ιδιαίτερη προσοχή όσον αφορά τις άλλες του επαφές, για να μην εκθέτει τον εαυτό του και τον ασθενή σε κίνδυνο. Σε περίπτωση που ο ασθενής παραμένει σε μια δομή χρόνιας περίθαλψης, ελαχιστοποιήστε τις επισκέψεις δια ζώσης. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την τηλεφωνική επαφή και την τεχνολογία επαφής μέσω face time και άλλων εφαρμογών για να διατηρήσετε την επαφή με το αγαπημένο σας πρόσωπο.

11. Είμαι ασθενής ή φροντιστής ασθενούς με ΝΠ, και αυτός εμφανίζει συμπτώματα λοίμωξης αναπνευστικού. Τι κάνω;

Επικοινωνείτε με τον οικογενειακό γιατρό σας ή τον Παθολόγο ή τον Νευρολόγο που σας παρακολουθεί για τη ΝΠ. Αυτοί θα σας συμβουλέψουν ανάλογα. Εάν η συμβουλή είναι να μείνει σπίτι, λόγω ήπιων συμπτωμάτων, τότε θα πρέπει ο ασθενής να τεθεί σε απομόνωση, και όλοι που έχουν έρθει σε στενή επαφή μαζί του να τεθούν σε καραντίνα. Εάν η συμβουλή είναι να πάει στο νοσοκομείο ή σε χώρο όπου μπορεί να κάνει το τεστ για τον κορωνοϊό, ακολουθήστε αυτή την συμβουλή.

12. Υπάρχει κάτι που μπορώ να κάνω για να μην κολλήσω τον κορωνοϊό?

Τα μέτρα είναι γνωστά. Πλένετε τα χέρια σας συχνά, εφαρμόζετε την κοινωνική αποστασιοποίηση, αποφεύγετε τον συγχρωτισμό, και μένετε στο σπίτι. Αποφεύγετε τις κοινωνικές συναναστροφές και δεν δέχεστε επισκέψεις. Ούτε, δυστυχώς, από τα εγγονάκια... Αυτά είναι και τα μέτρα που συστήνονται από το WHO (World Health Organization).

13. Υπάρχει κάποια συμβουλή πως μπορώ να αποφύγω το άγχος της κοινωνικής απομόνωσης;

Όταν απομονώνεστε κοινωνικά, μπορεί αυτό αν επιφέρει άγχος, δυσθυμία και κατάθλιψη. Προσπαθήστε να διατηρήσετε επαφή με το κοινωνικό σας περιβάλλον με το τηλέφωνο, με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, και με εφαρμογές όπως το face time, που επιτρέπουν και την οπτική επαφή. Μείνετε κοινωνικά ενεργοί από απόσταση! Από μακριά κι αγαπημένοι... Για

επιπλέον βοήθεια, μπορείτε και να αποταθείτε σε Γραμμές Βοηθείας, όπως της Α Ψυχιατρικής Κλινικής του ΕΚΠΑ (210 7297 957)

14. Μπορώ να πάω στον οδοντογιάτρο μου;

Εκτός εάν πρόκειται για κάτι επείγον, συνιστάται να αποφύγετε επισκέψεις ρουτίνας σε επαγγελματίες υγείας.

15. Μπορώ να πάρω αντιφλεγμονώδη φάρμακα?

Υπάρχουν πολλές ψευδείς ιστορίες σε σχέση με αντιφλεγμονώδη φάρμακα. Στην παρούσα φάση, δεν υπάρχουν δεδομένα που να υποστηρίζουν ότι η έκθεση σε αντιφλεγμονώδη επιδεινώνει την λοίμωξη από κορωνοϊό.

16. Υπάρχει περίπτωση να υπάρξει έλλειψη φαρμάκων για τη νόσο Πάρκινσον στην αγορά;

Δεν έχουμε καμία ένδειξη ότι κάτι τέτοιο μπορεί να συμβεί. Υπάρχει επάρκεια φαρμάκων, και αυτά αναμένεται να συνεχίσουν να παράγονται κανονικά. Θα πρέπει η επιδημία να πάρει πολύ πιο δραματικές διαστάσεις παγκοσμίως για να παρατηρηθεί έλλειψη φαρμάκων. Κάτι τέτοιο φαίνεται εξαιρετικά απίθανο.

17. Εάν κολλήσω κορωνοϊό, τι κάνω με τα φάρμακά μου για τη νόσο Πάρκινσον;

Συνεχίζετε τα φάρμακά σας κανονικά, στις δόσεις που τα παίρνατε. Να έχετε υπ' όψιν ότι κατά την διάρκεια της λοίμωξης υπάρχει περίπτωση, ειδικά εάν κάνετε υψηλό πυρετό, τα φάρμακα να μην δρουν τόσο καλά όσο συνήθως. Δεν συντρέχει όμως λόγος αλλαγής της δοσολογίας κατά την διάρκεια της λοίμωξης.

18. Ο Νευρολόγος μου έχει συστήσει Φυσιοθεραπεία. Συνεχίζω την Φυσιοθεραπεία την διάρκεια της επιδημίας;

Πρέπει οπωσδήποτε να αποφύγετε την Φυσιοθεραπεία σε Κέντρο Φυσιοθεραπείας το διάστημα αυτό. Το καλύτερο θα είναι να πάρετε κάποιες οδηγίες ασκήσεων από τον Φυσιοθεραπευτή σας, και να τις εκτελείτε στο σπίτι, πιθανόν με την βοήθεια του φροντιστή σας. Πρέπει να μείνετε στο σπίτι. Δείτε και την ερώτηση 8 παραπάνω σε σχέση με την σωματική άσκηση.

Πηγές

<https://www.parkinson.org/blog/COVID-19-questions>

<https://www.youtube.com/user/NPFGuru/featured>

https://www.youtube.com/watch?v=aoY8U_qdtgQ&t=1864s

Επιμέλεια

Τριμελής Επιτροπή Κλάδου Κινητικών Διαταραχών

Λεωνίδα Στεφανής

Σπύρος Κονιτσιώτης

Μαίρη Μποσταντζοπούλου