ADVANCING PHARMACY WORLDWIDE

ZAKTUALIZOWANY 26 MARCA 2020 R.

FIP HEALTH ADVISORY

COVID-19:
CZĘSTO ZADAWANE PYTANIA I OBALANIE MITÓW

MIĘDZYNARODOWA FEDERACJA FARMACEUTYCZNA

COVID-19:
CZĘSTO ZADAWANE PYTANIA I MIT PĘKAJĄCY

FIP zaktualizuje te tymczasowe wytyczne, gdy tylko dostępnych będzie więcej informacji.

Spis treści

Cel niniejszego dokumentu 3

Odpowiedzi na częste pytania opinii publicznej i pacjentów 3

Co to jest nowatorski koronaawirus? 3

Jakie jest źródło SARS-CoV-2? 3

Jak wirus się rozprzestrzenia? 4

Czy COVID-19 może być złapany od osoby nie wykazującej żadnych objawów? 4

Czy kobieta w ciąży może przenieść wirusa na płód? 4

Czy wirus może być przenoszony z matki na dziecko poprzez karmienie piersią? 4

Czy SARS-CoV-2 jest taki sam jak MERS-CoV lub wirus SARS? 4

Mam gorączkę i kaszel. Czy to może być ten nowy koronawirus? 5

Co mogę zrobić, aby uchronić się przed infekcją? 5

Czy są jakieś specyficzne leki, które mogą zapobiegać lub leczyć COVID-19? 5

Czy szczepionki przeciwko zapaleniu płuc chronią cię przed COVID-19? 5

Czy antybiotyki są skuteczne w leczeniu COVID-19? 6

Czy należy przerwać leczenie ACEi lub ARB z powodu zwiększonego ryzyka wystąpienia ciężkości COVID-19? 6

Czy stosowanie leków z grupy NLPZ, w tym ibuprofenu, w leczeniu gorączki i bólu u pacjentów z grupy COVID-19 jest bezpieczne? 6

Czy wirus może zmutować przed opracowaniem jakiejkolwiek terapii lub szczepionki? 6

Czy multiwitaminy i środki wspomagające odporność organizmu mogą pomóc w ochronie osób przed wirusem? 7

Czy ludzie, którzy wyzdrowieją z COVID-19, mogą zostać ponownie zainfekowani? 7

Czy COVID-19 odejdzie sam w cieplejszą pogodę? 7

Czy otrzymanie listu lub paczki z dowolnego miejsca, w którym zgłoszono COVID-19, jest bezpieczne? 7

Czy COVID-19 może być przenoszony przez ugryzienia komarów? 7

Czy maski medyczne skutecznie ochronią mnie przed infekcją? 8

Czy noszenie gumowych/lateksowych rękawic podczas pobytu w miejscach publicznych jest skuteczne w zapobieganiu nowej infekcji koronawirusem? 8

Dlaczego niektórzy zainfekowani pacjenci wykazują negatywne wyniki w testach? 8

Byłem na zaatakowanym obszarze i mam biegunkę. Czy to może być COVID-19? 8

Czy zwierzęta domowe mogą rozprzestrzeniać COVID-19? 8

Podróżowałem do jednego z krajów z dużą liczbą przypadków COVID-19. Co powinienem zrobić? 9

Jak skuteczne są termometry bezkontaktowe w wykrywaniu osób zakażonych nowym koronawirusem? 9
Obalanie mitów 9
COVID-19 dotyczy tylko osób starszych lub osób z chorobami współistniejącymi 9
Należy unikać kontaktu z osobami z krajów dotkniętych chorobą, dopóki nie dowiemy się więcej o tej chorobie. 9
Wirus ten został opracowany w laboratorium 9
Jedzenie czosnku może pomóc w zapobieganiu COVID-19 10
Dym i gaz z fajerwerków i petard zapobiegają COVID-19 10
Spryskanie całego ciała alkoholem lub chlorem może zabić nowego koronaawirusa. 10
Stosowanie oleju sezamowego blokuje COVID-19 przed dostaniem się do organizmu 10
Picie naparu z nasion anyżu może pomóc w zapobieganiu infekcji COVID-19 10
Bibliografia 11
Ważność 13
Podziękowania 13

Cel niniejszego dokumentu

Od grudnia 2019 r. epidemia nowego ludzkiego koronawirusa rozprzestrzeniła się na wiele krajów i spowodowała tysiące przypadków i zgonów. COVID-19 jest chorobą wywołaną przez nowego wirusa SARS-CoV-2. Większość zarażonych osób ma łagodne objawy oddechowe, które same znikną, ale u niektórych osób rozwijają się poważniejsze choroby, takie jak zapalenie płuc. Wirus jest przenoszony poprzez kontakt z osobą zakażoną lub poprzez kropelki oddechowe, gdy osoba zakażona kaszle lub kicha. Wyższe ryzyko zakażenia istnieje u osób przebywających na obszarach, gdzie wirus się rozprzestrzenia lub w przypadku bliskiego kontaktu z osobą zakażoną nowym koronawirusem. Wyższe ryzyko istnieje również, u osób cierpiących na choroby współistniejące.

Celem niniejszego dokumentu jest dostarczenie istotnych informacji klinicznych i wytycznych dotyczących pandemii koronawirusa - w szczególności nowego wirusa SARS-CoV-2 i produkowanych przez niego chorób, COVID-19 - dla farmaceutów i pracowników aptek, zarówno w kontekście podstawowej opieki zdrowotnej (tj. apteki ogólnodostępne i placówki podstawowej opieki zdrowotnej), jak i w środowisku szpitalnym, a także dla farmaceutów pracujących w innych miejscach. Dokument oferuje zbiór odniesień, z którymi można się zapoznać w celu uzyskania dalszych informacji

Zakażeniom koronawirusem można zapobiegać, a epidemię można powstrzymać poprzez aktywne zaangażowanie decydentów, pracowników ochrony zdrowia, mediów i społeczeństwa Zostało to wykazane w poprzednich epidemiach koronawirusa, np. w 2003 r. w przypadku SARS-CoV (koronawirus zespołu ostrej niewydolności oddechowej) lub w 2012 r. w przypadku MERS-CoV (koronawirus bliskowschodniego zespołu oddechowego). Niniejszy dokument ma na celu pomóc farmaceutom i pracownikom aptek w zapobieganiu rozprzestrzenianiu się choroby i przyczynieniu się do jej skutecznego opanowania.

Odpowiedzi na częste pytania opinii publicznej i pacjentów

Co to jest nowatorski koronaawirus?

Nowy koronawirus to taki, który nie został wcześniej zidentyfikowany. SARS- CoV-2 nie jest tym samym, co koronawirusy, które powszechnie krążą wśród ludzi i powodują łagodne choroby, takie jak przeziębienie. Diagnoza koronawirusa 229E, NL63, OC43 lub HKU1 nie jest tożsama z diagnozą SARS-CoV-2. Są to różne wirusy, a pacjenci z SARS-CoV-2 będą oceniani i otoczeni inną opieką niż pacjenci zdiagnozowani z powszechną odmianą koronawirusa. (Centra Kontroli i Zapobiegania Chorobom,. (Centra Kontroli i Zapobiegania Chorobom, 2020)

Jakie jest źródło SARS-CoV-2?

Urzędnicy i współpracownicy z sektora zdrowia publicznego ciężko pracują nad identyfikacją źródła SARS-CoV-2. Koronawirusy to duża rodzina wirusów, z których niektóre wywołują choroby u ludzi, a inne krążą wśród zwierząt, w tym wielbłądów, kotów i nietoperzy. Trwa analiza drzewa genetycznego tego wirusa w celu określenia jego konkretnego źródła, natomiast podejrzewa się, że pierwotnym źródłem wirusa są nietoperze, ze względu na duże podobieństwo SARS-CoV-2 do innych koronawirusów powszechnie występujących u niektórych gatunków nietoperzy. Ciężki ostry zespół oddechowy (SARS), czyli kolejny korona-wirus, który pojawił się, zarażając ludzi, pochodzi od kotów cywetowych, natomiast zespół oddechowy Bliskiego Wschodu (MERS) od wielbłądów. (Centra Kontroli i Zapobiegania Chorobom, 2020)

Jak wirus się rozprzestrzenia?

Wirus ten prawdopodobnie pojawił się pierwotnie ze źródła zwierzęcego, ale teraz wydaje się rozprzestrzeniać z człowieka na człowieka. Najczęściej rozprzestrzenia między osobami w bliskiej odległości (około 6 stóp/1,8 metra) i głównie droga kropelkową, gdy zakażony kaszle lub kicha, podobnie jak grypa i inne patogeny oddechowe. Kropelki te mogą trafić do ust, nosa lub oczu osób znajdujących się w pobliżu, lub mogą być wdychane dostając się do płuc. Do zakażenia może dojść również wtedy, gdy dana osoba dotknie zakażonej powierzchni, a następnie dotknie oczu, nosa lub ust.

Czy COVID-19 może być złapany od osoby nie wykazującej żadnych objawów?

Opisano przypadki przenoszenie SARS-CoV-2 od osób bezobjawowych (lub osób w okresie inkubacji). Jednak zakres, w jakim to się dzieje, pozostaje nieznany. Przesiewowe badania serologiczne wykonane na dużą skalę mogą zapewnić lepsze poznanie zakresu zakażeń bezobjawowych i pomóc w analizie epidemiologicznej. (McIntosh, UpToDate Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Transmisja, 2020)

Czy kobieta w ciąży może przenieść wirusa na płód?

Dostępne są minimalne informacje dotyczące COVID-19 podczas ciąży. Nie stwierdzono transmisji wewnątrzmacicznej ani okołoporodowej. W dwóch raportach obejmujących łącznie 18 ciężarnych kobiet z podejrzeniem lub potwierdzonym zapaleniem płuc COVID-19, nie było dowodów laboratoryjnych na przenoszenie wirusa na noworodka. Udokumentowano jednak dwa przypadki zakażenia noworodków. W jednym przypadku rozpoznanie zostało postawione w 17. dniu życia po bliskim kontakcie z matką noworodka i położną, które były zakażone wirusem. Drugi przypadek został rozpoznany 36 godzin po porodzie; jednak źródło i czas przeniesienia wirusa były w tym przypadku niejasne. (McIntosh, Coronavirus disease 2019 (COVID-19) - Sytuacja specjalna: Kobiety w ciąży, 2020)

Czy wirus może być przenoszony z matki na dziecko poprzez karmienie piersią?

W ograniczonych badaniach z udziałem kobiet z COVID-19 i inną infekcją koronawirusową, ciężkim ostrym zespołem oddechowym (SARS-CoV), wirus nie został wykryty w mleku matki. Nie wiadomo jednak, czy wirus może się przenosić przez pokarm matek cierpiących z powodu COVID-19. Należy pamiętać, że mleko matki zapewnia ochronę przed wieloma chorobami. Rzadko zdarzają się wyjątki, gdy nie zaleca się karmienia piersią lub karmienia odciągniętym pokarmem. CDC nie ma szczególnych wytycznych dotyczących karmienia piersią podczas infekcji podobnymi koronawirusami, takimi jak SARS-CoV lub Middle Eastern Respiratory Syndrome (MERS-CoV). W podobnej sytuacji, jak w przypadku COVID-19, CDC zaleca, aby matka z grypą kontynuowała karmienie piersią lub podawała niemowlęciu odciągnięty pokarm, podejmując jednocześnie środki ostrożności w celu uniknięcia rozprzestrzeniania się wirusa na dziecko. Biorąc pod uwagę niskie wskaźniki przenoszenia wirusów oddechowych przez mleko matki, Światowa Organizacja Zdrowia stwierdza, że matki z COVID-19 mogą karmić piersią. (Academy of Breastfeeding Medicine, 2020)

Czy SARS-CoV-2 jest taki sam jak MERS-CoV lub wirus SARS?

Nie. Koronawirusy to duża rodzina wirusów, niektóre z nich wywołują choroby u ludzi, a inne krążą wśród zwierząt, w tym wielbłądów, kotów i nietoperzy. Niedawno odkryty SARS-CoV-2 nie jest tożsamy z koronawirusami, które wywołują MERS lub SARS. Analizy genetyczne sugerują jednak, że powstał on z wirusa spokrewnionego z tym, który spowodował SARS. Prowadzone są obecnie badania, które pozwolą dowiedzieć się więcej. Jest to sytuacja szybko ewoluująca, a informacje będą aktualizowane w miarę ich dostępności. (Centra Kontroli i Zapobiegania Chorobom, 2020)

Mam gorączkę i kaszel. Czy to może być ten nowy koronawirus?

Jeśli byłeś w bliskim kontakcie z potwierdzonym przypadkiem COVID-19, może to być koronawirus, i powinieneś zostać zbadany i poddać się testowi. Objawy COVID-19 nie są specyficzne dla tej choroby i mogą być dość podobne do objawów grypy sezonowej lub innych schorzeń. Jeśli jednak wystąpią jakiekolwiek objawy, zaleca się samodzielną izolację w domu i postępować zgodnie z zaleceniami krajowych organów ochrony zdrowia. W przypadku osób powyżej 65 roku życia lub cierpiących na choroby współtowarzyszące, takie jak choroby układu krążenia, cukrzyca, przewlekłe choroby układu oddechowego, nowotwory lub inne schorzenia (wrodzone lub nabyte), które mogą osłabić odpowiedź immunologiczną, może istnieć większe ryzyko rozwinięcia się poważniejszych odmian tej choroby i zaleca się poszukiwanie odpowiedniej opieki medycznej.

Co mogę zrobić, aby uchronić się przed infekcją?

Należy stosować zwykłe środki higieny zapobiegające rozprzestrzenianiu się infekcji: regularne mycie rąk, zakrywanie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zgiętym łokciem lub jednorazową chusteczkę papierową oraz dokładne gotowanie mięsa i jaj. Należy unikać bliskiego kontaktu z osobami wykazującymi objawy choroby układu oddechowego, takie jak kaszel i kichanie. (Royal Pharmaceutical Society, 2020)

Czy są jakieś specyficzne leki, które mogą zapobiegać lub leczyć COVID-19?

Do chwili obecnej nie zaleca się stosowania żadnego konkretnego leku w celu zapobiegania lub leczenia COVID-19. Jednakże, osoby zakażone wirusem powinny otrzymać odpowiednią opiekę w celu złagodzenia i leczenia objawów, a osoby ciężko chore powinny otrzymać optymalną opiekę wspomagającą. Niektóre specyficzne metody leczenia są obecnie badane i zostaną przetestowane w ramach badań klinicznych. WHO po-maga w przyspieszeniu prac badawczo-rozwojowych we współpracy z szeregiem partnerów. (World Health Organization, 2020)

Następujące działania nie są zalecane jako środki zapobiegawcze dla COVID-19, ponieważ są one nieskuteczne lub mogą nawet zaszkodzić:

- Przyjmowanie witaminy C;
- Picie tradycyjnych herbat ziołowych;
- Noszenie wielu masek w celu zapewnienia maksymalnej ochrony;
- Samoleczenie z wykorzystaniem leków takich jak antybiotyki;
- Medycyna alternatywna bez odpowiednich dowodów skuteczności.

W każdym przypadku gorączki, kaszlu i trudności w oddychaniu, zwróć się o pomoc lekarską wcześnie, aby zmniejszyć ryzyko poważniejszej infekcji i koniecznie podziel się swoją historią podróży z lekarzem.

Czy szczepionki przeciwko zapaleniu płuc chronią cię przed COVID-19?

Nie. Szczepionki przeciwko zapaleniu płuc, takie jak szczepionka przeciwko pneumokokom (PV) i szczepionka przeciwko Haemophilus influenza typ B (Hib), nie zapewniają ochrony przed COVID-19.
Wirus ten jest nowy i tak odmienny, że potrzebuje własnej szczepionki. Naukowcy starają się opracować taką szczepionkę, a ich wysiłki wspierane są przez WHO. Chociaż szczepionki przeciwko wirusowi PV i Hib nie są skuteczne przeciwko SARS-CoV-2, szczepienie przeciwko chorobom układu oddechowego jest wysoce zalecane w celu ochrony zdrowia. (Światowa Organizacja Zdrowia, 2020)

Czy antybiotyki są skuteczne w leczeniu COVID-19?

Nie, antybiotyki nie działają na wirusy, działają tylko na infekcje bakteryjne. COVID-19 jest wywoływany przez wirusa i dlatego antybiotyki nie powinny być stosowane jako środek zapobiegawczy lub leczniczy. Jeśli jednak pacjent jest hospitalizowany z COVID-19, może otrzymać antybiotyki, ponieważ możliwe jest współzakażenie bakteryjne. (Światowa Organizacja Zdrowia, 2020)

Czy należy przerwać leczenie ACEi lub ARB z powodu zwiększonego ryzyka wystąpienia ciężkości COVID-19?

Nie ma dowodów popierających twierdzenia że leczenie inhibitorami ACE (ACEi) lub blokerami receptora angiotensyny (ARB) może predysponować do ciężkiego przebiegu choroby w przypadku zakażenia COVID-19. Różne organizacje naukowe i zawodowe stwierdziły, że pacjenci powinni kontynuować leczenie inhibitorami ACEi i ARB, chyba że ich zespół terapeutyczny wyraźnie zaleci im przerwanie leczenia. (British Cardiovascular Society i British Society for Heart Failure, 2020)

Czy stosowanie leków z grupy NLPZ, w tym ibuprofenu, w leczeniu gorączki i bólu u pacjentów z grupy COVID-19 jest bezpieczne?

Obecnie nie ma rozstrzygających dowodów na istnienie bezpośredniego związku między stosowaniem niesteroidowych leków przeciwzapalnych (w tym ibuprofenu) a zwiększonym ryzykiem zakażenia lub ciężkim przebiegiem choroby. (Europejska Agencja Leków, 2020)

Czy wirus może zmutować przed opracowaniem jakiejkolwiek terapii lub szczepionki?

Tak. Wydaje się, że wirus już zmutował, prowadząc do co najmniej dwóch różnych szczepów. Analiza genetyczna populacji 103 genomów SARS-CoV-2 wykazała, że wirusy te wyewoluowały w dwa główne typy (oznaczone L i S). Mimo iż typ L (ok. 70%) jest bardziej rozpowszechniony niż typ S (ok. 30%), typ S został uznany za protoplastę. (Xiaolu Tang, 2020)

Podczas gdy oba wirusy odgrywają rolę w obecnej epidemii, wyższa częstość występowania "typu L" sugeruje, że jest on bardziej agresywny. Ważne jest jednak, aby pamiętać, że wirusy mutują cały czas i że nie wszystkie mutacje wskazują na zwiększone nasilenie choroby lub większe tempo przenoszenia. W rzeczywistości różnice między tymi dwoma typami nowego koronawirusa są tak małe, że badacze niechętnie nawet klasyfikują je jako odrębne "szczepy". Biorąc pod uwagę, że nad szczepionką pracuje wiele grup badawczych na całym świecie, znajomość dokładnej liczby szczepów (lub typów) wirusa jest kluczowa, ponieważ aby ewentualna szczepionka była skuteczna, musi ona być ukierunkowana na cechy występujące we wszystkich znanych szczepach (lub typach). Na szczęście wiele ze zidentyfikowanych różnic genetycznych prawdopodobnie nie będzie miało wpływu na produkcję białek, co oznacza, że nie powinno być istotnych zmian w sposobie działania wirusa lub powodowanych przez niego objawów. (Technology.org, 2020)

Czy multiwitaminy i środki wspomagające odporność organizmu mogą pomóc w ochronie osób przed wirusem?

Nie ma dowodów na to, że którakolwiek z tych strategii wzmocni układ odpornościowy. Podczas gdy prawdą jest, że nasza fizjologia wymaga witamin i minerałów (takich jak witamin A, C i cynku), aby normalnie funkcjonować, nie wykazano, że wyższe dawki sprawiają, że system odpornościowy funkcjonuje lepiej.
Każda część ciała, w tym układ odpornościowy, funkcjonuje lepiej, gdy jest chroniona przed atakami ze strony środowiska i wspierana przez prowadzenie zdrowego trybu życia, np.:

- Nie palenie papierosów;
- Dieta bogata w owoce i warzywa;
- Regularne ćwiczyenia;
- Utrzymanie prawidłowej wagi ciała;
- Unikanie spożywania alkoholu, lub spożywnie tylko umiarkowanych ilości;
- Właściwy sen;
- Podejmowanie kroków pozwalających na uniknięcie infekcji, takich jak częste mycie rąk i dokładne gotowanie mięsa;
- Minimalizowanie stresu. (Harvard Medical School, 2014)

Czy ludzie, którzy wyzdrowieją z COVID-19, mogą zostać ponownie zainfekowani?

Odpowiedź immunologiczna na COVID-19 nie jest jeszcze w pełni zrozumiała. Jest mało prawdopodobne, aby chorzy po przebytym zakażeniu MERS-CoV zostali ponownie zarażeni wkrótce po wyzdrowieniu, ale nie wiadomo jeszcze, czy podobna ochrona immunologiczna będzie obserwowana u pacjentów z COVID-19. (Centers for Disease Control and Prevention, 2020)

Czy COVID-19 odejdzie sam w cieplejszą pogodę?

W przypadku nowego koronawirusa SARS-CoV-2 można się spodziewać, że podobnie jak w przypadku innych betakoronawirusów, w zimie może on przenosić się nieco skuteczniej niż latem, chociaż mechanizm(y) za to odpowiedzialny(e) jest(są) nieznany(e). Oczekuje się, że zmiany te będą niewielkie i niewystarczające, aby samodzielnie zatrzymać transmisję. Opierając się na analogii do grypy pandemicznej, oczekuje się, że odporność na SARS-CoV-2, jako wirusa nowego dla człowieka, będzie mniejsza i tym samym będzie on się łatwiej przenosić nawet poza sezonem zimowym. Zmiana pór roku i wakacji szkolnych może pomóc, ale jest mało prawdopodobne, aby mogła powstrzymać rozprzestrzenianie się wirusa. Pilne dla skutecznej polityki zapobiegania zakażeniom jest ustalenie czy dzieci są ważnymi przekaźnikami, w którym to przypadku zamknięcie szkoły może pomóc w spowolnieniu przenoszenia wirusa. W przeciwnym przypadku zamkniecie szkół prowadzi do zmarnowani zasobów. (Lipsitch, 2020)

Czy otrzymanie listu lub paczki z dowolnego miejsca, w którym zgłoszono COVID-19, jest bezpieczne?

Tak. Prawdopodobieństwo zakażenia towarów przez osobę zakażoną jest niskie, a ryzyko złapania wirusa powodującego COVID-19 z paczki, która została przeniesiona, przewieziona i wystawiona na działanie różnych warunków środowiska i temperatury jest również niskie. (Światowa Organizacja Zdrowia, 2020 r.)

Czy COVID-19 może być przenoszony przez ugryzienia komarów?

COVID-19 jest wirusem układu oddechowego, który rozprzestrzenia się głównie droga kropelkową podczas kaszlu lub kichania osoby zakażonej lub poprzez kropelki śliny lub wydzielinę z nosa. Jak dotąd nie ma dowodów na to, że może on być przenoszony przez komary. (Światowa Organizacja Zdrowia, 2020)

Czy maski medyczne skutecznie ochronią mnie przed infekcją?

Noszenie maski medycznej jest jednym ze środków profilaktycznych mających na celu ograniczenie rozprzestrzeniania się niektórych chorób układu oddechowego, w tym COVID-19, na obszarach dotkniętych chorobą. Jednak samo stosowanie maski nie wystarcza do zapewnienia odpowiedniego poziomu ochrony i należy podjąć inne, równie istotne działania, w tym odpowiednią higienę rąk oraz inne środki kontroli i zapobiegania zakażeniom. (Światowa Organizacja Zdrowia, 2020 r.)

Czy noszenie gumowych/lateksowych rękawic podczas pobytu w miejscach publicznych jest skuteczne w zapobieganiu nowej infekcji koronawirusem?

Nie. Regularne mycie rąk zapewnia większą ochronę przed zakażeniem COVID-19 niż noszenie gumowych rękawic. Zanieczyszczenia COVID-19 można nadal gromadzić na gumowych rękawicach. Jeśli następnie dotknie się swojej twarzy (ust, nosa lub oczu), może dojść do infekcji. (Światowa Organizacja Zdrowia, 2020).

Dlaczego niektórzy zainfekowani pacjenci wykazują negatywne wyniki w testach?

Wynika to z faktu, że niektóre zestawy testowe nie są tak czułe jak inne, a także dlatego, że w zależności od tego jak długo i jak bardzo ludzie są zakażeni COVID-19, techniki diagnostyczne, wszystkie oparte na reakcji łańcuchowej polimerazy (PCR) lub reakcji łańcuchowej polimerazy z odwrotną transkrypcją (RT-PCR), skierowane na różne części genomu wirusa, nie są równoważne.

Byłem na zaatakowanym obszarze i mam biegunkę. Czy to może być COVID-19?

Najczęstszymi objawami zakażenia COVID-19 są gorączka, kaszel i duszność. Choroba może również wystąpić również z innymi łagodnymi objawami, takimi jak: gorączka niskiego stopnia, kaszel, złe samopoczucie, nieżyt nosa, ból gardła bez żadnych objawów ostrzegawczych, takich jak duszność lub trudności w oddychaniu, zwiększone wydzielanie z dróg oddechowych (np. plwocina lub krwioplucie), objawy żołądkowo-jelitowe, takie jak nudności, wymioty i/lub biegunka oraz bez zmian stanu psychicznego (np. splątanie, senność). Jeśli jednak występuje tylko biegunka, bez żadnych objawów oddechowych, jest mało prawdopodobne, aby było to zakażenie COVID-19.

Czy zwierzęta domowe mogą rozprzestrzeniać COVID-19?

Obecnie nie ma dowodów na to, że zwierzęta domowe/towarzyszące, takie jak psy lub koty, mogą zostać zarażone COVID-19. Jednak po kontakcie ze zwierzętami domowymi zawsze warto umyć ręce wodą z mydłem. Chroni to przed różnymi powszechnie występującymi bakteriami, takimi jak *E. coli* i salmonella, które mogą przedostawać się między zwierzętami i ludźmi. (World Health Organization, 2020)

Podróżowałem do jednego z krajów z dużą liczbą przypadków COVID-19. Co powinienem zrobić?

Uważa się, że ryzyko narażenia na COVID-19 jest najwyższe w przypadku osób, które podróżowały do krajów lub regionów o dużej liczbie potwierdzonych przypadków COVID-19.

Jeśli podróżowałeś do któregokolwiek z tych krajów w ciągu ostatnich 14 dni, powinieneś monitorować objawy, przestrzegać izolacji społecznej - unikać tłumów i małych zgromadzeń w zamkniętych pomieszczeniach i zachować odległość 1-2 metrów pomiędzy innymi osobami, gdy jesteś w miejscu publicznym.

W przypadku wystąpienia objawów należy natychmiast odizolować się i zwrócić się o pomoc medyczną. Powinno się zadzwonić do lekarza pierwszego kontaktu lub miejscowego oddziału ratunkowego. W trakcie rozmowy telefonicznej należy wyjaśnić skąd się wróciło. Ważne jest, aby w przypadku wystąpienia objawów nie chodzić do pracy, szkoły, na uczelnię, do placówek opieki nad dziećmi, na siłownie lub w miejsca publiczne oraz nie korzystać z transportu publicznego, taksówek lub usług współdzielenia samochodu (ride-sharing). W przypadku konieczności skorzystania z opieki medycznej, należy nosić maskę chirurgiczną, jeśli jest ona dostępna.

Jak skuteczne są termometry bezkontaktowe w wykrywaniu osób zakażonych nowym koronawirusem?

Termometry bezkontaktowe są skuteczne w wykrywaniu osób, u których wystąpiła gorączka (tj. mają wyższą niż normalnie temperaturę ciała) z powodu zakażenia nowym koronawirusem. Nie są jednak w stanie wykryć osób, które są zakażone, ale nie wykazują gorączki. Dzieje się tak dlatego, że potrzeba od 2 do 10 dni, zanim osoby zakażone zachorują i rozwinie się gorączka. (Światowa Organizacja Zdrowia, 2020)

Obalanie mitów

COVID-19 dotyczy tylko osób starszych lub osób z chorobami współistniejącymi

Osoby w każdym wieku mogą zostać zakażone SARS-CoV-2 i rozwinąć COVID-19. Osoby starsze oraz osoby z wcześniej istniejącymi chorobami (takimi jak astma, cukrzyca, choroby serca) wydają się być bardziej podatne na zachorowanie na ten wirus.
WHO zaleca osobom w każdym wieku podjęcie działań mających na celu ochronę przed wirusem, na przykład poprzez przestrzeganie właściwej higieny rąk i dróg oddechowych. (World Health Organization, 2020)

Należy unikać kontaktu z osobami z krajów dotkniętych chorobą, dopóki nie dowiemy się więcej o tej chorobie.

Należy unikać bliskiego kontaktu z każdą osobą, która miała kontakt z potwierdzonymi przypadkami COVID-19 w ciągu poprzednich 14 dni, niezależnie od jej obywatelstwa.

Wirus ten został opracowany w laboratorium

Naukowcy z wielu krajów opublikowali i przeanalizowali genomy czynnika sprawczego, ciężkiego ostrego zespołu oddechowego - koronawirusa 2 (SARS-CoV-2) i w przeważającej mierze doszli do wniosku, że koronawirus ten pochodzi od dzikich zwierząt, podobnie jak wiele innych pojawiających się patogenów. Teorie spiskowe mogą jedynie sprzyjać wywoływaniu strachu, rozprzestrzenianiu pogłosek i uprzedzeń, które zagrażają globalnej współpracy w walce z tym wirusem. (Charles Calisher, 2020)

W szczególności, badania genomowe mocno sugerują, że nowy koronawirus wywołujący Covid-19 pochodzi od nietoperzy, bez konkretnych dowodów na to, że został on stworzony w laboratorium. (Gregory, 2020) (Begley, 2020) (Shan-Lu Liu, 2020)

Jedzenie czosnku może pomóc w zapobieganiu COVID-19

Czosnek jest zdrową żywnością, która może mieć pewne właściwości antybakteryjne. Nie ma jednak żadnych dowodów z obecnego ogniska choroby, że spożywanie czosnku uchroniło ludzi przed COVID-19.

Dym i gaz z fajerwerków i petard zapobiegają COVID-19

Nie. Wdychanie dymu i gazu z fajerwerków lub petard jest niebezpieczne i nie zabija COVID-19.

Spryskanie całego ciała alkoholem lub chlorem może zabić nowego koronaawirusa.

Nie. Spryskanie całego ciała alkoholem lub chlorem nie zabije wirusów, które już dostały się do organizmu. Spryskiwanie takimi substancjami może być szkodliwe dla odzieży lub błon śluzowych (tj. oczu, ust). Pamiętaj, że zarówno alkohol jak i chlor mogą być używane do dezynfekcji powierzchni, ale muszą być stosowane zgodnie z odpowiednimi zaleceniami. (Światowa Organizacja Zdrowia, 2020)

Stosowanie oleju sezamowego blokuje COVID-19 przed dostaniem się do organizmu

Nie. Olej sezamowy nie zabija SARS-CoV-2. Istnieją pewne chemiczne środki dezynfekujące, które mogą zabić SARS-CoV-2 na powierzchniach. Należą do nich środki wybielające/chlorowe, rozpuszczalniki eterowe, 75% etanol, kwas nadoctowy i chloroform. Mają one jednak niewielki lub żaden wpływ na wirusa, jeśli zostaną umieszczone na skórze lub pod nosem. Umieszczenie tych środków chemicznych na skórze może być nawet niebezpieczne.

Picie naparu z nasion anyżu może pomóc w zapobieganiu infekcji COVID-19

Napar z nasion anyżu jest naparem, który może mieć pewne właściwości nawilżające. Nie ma jednak dowodów z obecnej epidemii, że picie naparu z nasion anyżu uchroniło ludzi przed COVID-19.

Bibliografia

Akademia Medycyny Piersiowej. (2020, 10 marca). *ABM Statement on Coronavirus 2019 (COVID-19)*. Odebrane z https://www.bfmed.org/abm-statement-coronavirus.

Begley, S. (2020, 24 stycznia). Koszulki DNA odczytują genom koronaawirusa, śledząc jego pochodzenie i szukając niebezpiecznych mutacji. *Stat News*. Odebrane z https://www.statnews.com/2020/01/24/dna-sleuths-read-coronavirus-genome-tracing-origins-and-mutations/.

British Cardiovascular Society i British Society for Heart Failure. (2020, 16 marca). *Treatment of patients with ACEi or ARB in relation to COVID-19.* Odebrane z https://www.britishcardiovascularsociety.org/news/ACEi-or-ARB-and-COVID-19#.Xm_GR8MqGdQ.whatsapp.

Centra Kontroli i Zapobiegania Chorobom. (2020, 12 marca). *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) - Frequently Asked Questions and Answers*. Uzyskane z https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html.

Centra Kontroli i Zapobiegania Chorobom. (2020, 21 lutego). *Specjaliści z dziedziny ochrony zdrowia: Często zadawane pytania i odpowiedzi*. Źródło: https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/faq.html.

Charles Calisher, D.C. (2020, 19 lutego). Statement in support of the scientists, public health professionals, and medical professionals of China combatting COVID-19. *The Lancet, 395*(10226), PE42-E43 . doi:https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30418-9.

Chińskie Stowarzyszenie Farmaceutyczne. (2020). *Zakażenie koronaawirusem SARS-CoV-2: Konsensus ekspercki w sprawie wytycznych i strategii profilaktyki dla farmaceutów szpitalnych i siły roboczej w aptece (wydanie 2).* Pekin: Chińskie Stowarzyszenie Farmaceutyczne (Chinese Pharmaceutical Association).

Europejska Agencja Leków. (2020, 18 marca). *EMA udziela porad na temat stosowania niesteroidowych środków przeciwzapalnych dla COVID-19 (komunikat prasowy).* Uzyskane na stronie https://www.ema.europa.eu/en/news/ema-gives-advice-use-non-steroidal-anti-inflammatories-covid-19.

Gregory, J. (2020, 28 lutego). Koronawirus "infodemiczny" jest prawdziwy. Oceniliśmy strony internetowe za niego odpowiedzialne. *Stat News*. Odebrane z https://www.statnews.com/2020/02/28/websites-spreading-coronavirus-misinformation-infodemic/.

Harvard Medical School. (2014). *Jak wzmocnić swój system odpornościowy*. Odebrane z https://www.health.harvard.edu/staying-healthy/how-to-boost-your-immune-system.

Lipsitch, M. (2020). *Sezonowość SARS-CoV-2: Czy COVID-19 odejdzie sam w cieplejszą pogodę?* (H. T. Health, Ed.) Retrieved from Center for Communicable Disease Dynamics: https://ccdd.hsph.harvard.edu/will-covid-19-go-away-on-its-own-in-warmer-weather/.

McIntosh, K. (2020, 13 marca). Odzyskiwany z UpToDate Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Transmisja: https://www.uptodate.com/contents/coronavirus-disease-2019-covid-19.

McIntosh, K. (2020, 13 marca). *Coronavirus disease 2019 (COVID-19) - Sytuacja szczególna: Kobiety w ciąży*. (M. S. Hirsch, redaktor) Źródło: https://www.uptodate.com/contents/coronavirus-disease-2019-covid-19?search=covid%2019ource=search_resultelectedTitle=1~18&usage_type=default&display_rank=1#H2133052422.

Neeltje van Doremalen, D. H.-S. (2020, 17 marca). Aerosol i stabilność powierzchniowa SARS-CoV-2 w porównaniu z SARS-CoV-1. *New England Journal of Medicine*. Dostępny na stronie https://www.nejm.org/doi/10.1056/NEJMc2004973.

Royal Pharmaceutical Society. (2020, styczeń). *Nowatorski koronaawirus Wuhan - Pięć kluczowych faktów dla zespołów farmaceutycznych*. Odebrane z https://www.rpharms.com/resources/pharmacy-guides/wuhan-novel-coronavirus.

Shan-Lu Liu, L. J. (2020). Brak wiarygodnych dowodów potwierdzających twierdzenia inżynierii laboratoryjnej SARS-CoV-2. *Emerging Microbes & Infections, 9(1),* 505-507. doi:10.1080/22221751.2020.1733440

Technology.org. (2020, 9 marca). *Koronawirus został już zmutowany na dwa różne typy, Researchers Find*. Odzyskany 13 marca 2020

r., z https://www.technology.org/2020/03/09/the-coronavirus-has-already-mutated-into-two-different-types-researchers-find/.

Światowa Organizacja Zdrowia. (2010, kwiecień). *Przewodnik po produkcji lokalnej: Zalecane przez WHO preparaty Handrub.* Dostępny na stronie https://www.who.int/gpsc/5may/Guide_to_Local_Production.pdf.

Światowa Organizacja Zdrowia. (2020, 28 stycznia). *Doradztwo w zakresie stosowania masek w społeczności lokalnej, podczas opieki domowej i w zakładach opieki zdrowotnej w kontekście nowej epidemii wirusa coronavirus (2019-nCoV).* Źródło: https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-the-community-during-home-care-and-in-health-care-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-(2019-ncov)-outbreak.

Światowa Organizacja Zdrowia. (2020, marzec). *Coronavirus disease (COVID-19) porady dla społeczeństwa*. Uzyskane z https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public.

Światowa Organizacja Zdrowia. (2020, marzec). *Coronavirus disease (COVID-19) porady dla społeczeństwa: Mit busters*. Odebrane z https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters.

Xiaolu Tang, C. W. (2020, 3 marca). On the origin and continuing evolution of SARS-CoV-2. *National Science Review*. doi:https://doi.org/10.1093/nsr/nwaa036

Ważność

Dokument ten został wstępnie przygotowany w oparciu o powszechnie przyjęte dowody na dzień 5 lutego 2020 r. Został on zaktualizowany w odniesieniu do nomenklatury wirusa i choroby dnia 12 lutego 2020 r., a następnie ponownie zaktualizowany dnia 26 marca 2020 r. zgodnie z nowo dostępnymi dowodami.

Zrzeczenie się odpowiedzialności

Niniejszy dokument opiera się na dostępnych dowodach i zaleceniach renomowanych organizacji, takich jak Światowa Organizacja Zdrowia, Amerykańskie i Europejskie Centra Kontroli i Zapobiegania Chorób oraz inne, przytoczone w momencie publikacji. Dostępna wiedza na temat COVID-19 szybko się zmienia i rekomendacje również mogą ulec zmianie. Pomimo tego, że FIP będzie dążyć do aktualizacji tych wytycznych, zalecamy zapoznanie się ze stronami internetowymi tych organizacji i wszelkimi nowo dostępnymi dowodami dotyczącymi najnowszych aktualizacji.

Podziękowania

FIP dziękuje międzynarodowej grupie zadaniowej, która opracowała ten dokument:

Przewodniczący: **Jane Dawson**, FPS - Wojskowa i Ratownicza Sekcja Farmacji FIP, Nowa Zelandia

Marwan Akel, Libański Uniwersytet Międzynarodowy, Liban

Julien Fonsart, Przewodniczący Sekcji Biologii Klinicznej FIP, Francja

Scarlett Pong, Towarzystwo Farmaceutyczne Hongkongu

Eduardo Savio, Urugwajskie Stowarzyszenie Chemii i Farmacji, Urugwaj

Lars-Åke Söderlund, Przewodniczący Sekcji Aptek Ogólnodostępnych FIP, Szwecja

Gonçalo Sousa Pinto, Przewodniczący FIP ds. Rozwoju i Transformacji Praktyki.

Jacqueline Surugue, Wiceprezes FIP, Farmaceuta Szpitalny, Francja

Zhao Rongsheng, Trzeci Szpital Uniwersytetu Pekińskiego, Wydział Farmacji; Zastępca Przewodniczącego Komitetu Farmacji Szpitalnej Chińskiego Stowarzyszenia Farmaceutycznego; Zastępca przewodniczącego Komitetu Farmacji opartej na dowodach Chińskiego Stowarzyszenia Farmaceutycznego, Chiny

Dokument został przetłumaczony z języka angielskiego przez Polskie Towarzystwo Farmaceutyczne. W przypadku rozbieżności między tymi dwoma tekstami, rozstrzygający będzie oryginalny dokument Międzynarodowej Federacji Farmaceutycznej w języku angielskim. Prawa autorskie pozostają własnością Międzynarodowej Federacji Farmaceutycznej.

Tłumaczenie: Jakub Polak.
Redakcja tłumaczenia tekstu polskiego: Dr Artur Owczarek, Dr hab. Karol Nartowski, Prof. Janusz Pluta

Międzynarodowa Federacja Farmaceutyczna (FIP)
Andries Bickerweg 5
2517 JP Haga
Holandia
Tel..: +31-70-3021970
Faks: +31-70-3021999
Email: fip@fip.org
www.fip.org/coronavirus

Aktualizacja d 26 marca 2020 r.