

Manuál postupu při situacích souvisejících s nákazou COVID-19

Vypracoval personál ordinace MUDr. Fürstové na základě aktuálně platných algoritmů a doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR platných k datu 25.10.2020

Tento manuál zahrnuje na první straně odpovědi na nejčastější dotazy pacientů, a na druhé straně postupy v případě, kdy pacient jeví příznaky onemocnění, nebo v případě, kdy byl v kontaktu s nakaženou osobou. Závěrem jsou uvedeny doporučení pro léčbu a postup v akutních stavech.

Ve všech situacích, které se nějakým způsobem týkají onemocnění COVID-19, je pacient povinen informovat o tomto svého praktického lékaře. I ve chvíli, kdy mu nařídí karanténu Krajská hygienická stanice (dále jen KHS), musí tuto informaci pacient neprodleně sdělit svému lékaři (telefonicky/emailem).

Odpovědi na nejčastější dotazy týkající se nákazy COVID-19:

Otázka: Jak postupovat, pokud jsem Covid POZITIVNÍ?

Odpověď: V případě pozitivního výsledku je nutné ihned kontaktovat svého praktického lékaře. Pacient bude v následujících dnech kontaktován KHS, která ho bude trasovat, tzn. bude po něm chtít jména a kontakty na osoby, se kterými byl několik posledních dnů v kontaktu. Zároveň je pacientovi nařízena domácí izolace na dobu minimálně 10 dnů od data provedení testu. Každé 3-4 dny by měl pacient kontaktovat svého praktického lékaře a sdělit mu svůj aktuální zdravotní stav. Podmínky pro ukončení izolace jsou dvě – musí uplynout 10 dní, a zároveň musí být pacient poslední 3 dny izolace (8.-10. den) bez příznaků. Pokud příznaky přetrvávají, musí pacient zůstat v izolaci do chvíle, než je 3 dny bez příznaků. Doba trvání příznaků je individuální, někdy se může jednat až o měsíc. Kontrolní test se při ukončení izolace neprovádí.

Otázka: Jaké jsou nejčastější příznaky nemoci Covid-19?

Odpověď: Oficiálně jsou uváděny příznaky jako horečka, suchý kašel, únava, bolesti svalů a kloubů, dušnost, ztráta chuti a chuti, bolesti v krku, bolesti hlavy a průjem. Z naší praxe jsme se u nakažených osob setkali i s příznaky rýmy, mírně zvýšené teploty, pocity vysušené nosní sliznice, nevolností a bolestí břicha.

Otázka: Kdo a jakým způsobem mi nařídí karanténu?

Odpověď: Pokud byl pacient v rizikovém kontaktu (alespoň 15 minut méně jak 2m) s nakaženou osobou, tak ho většinou kontaktuje KHS a nařídí mu domácí karanténu + test. Pokud se pacient dozví přímo od nakaženého, že byl v kontaktu, tak by se měl pacient obrátit na svého praktického lékaře, který mu taktéž nařídí karanténu + test – viz druhá strana postup „A“.

Otázka: Kdo mi zařídí vystavení neschopenky (dále jen PN)?

Odpověď: PN v případě karantény/izolace vystavuje pouze praktický lékař. Pacient si o ni vždy musí říci – nedělá se to automaticky – pokud se pacient domluví se zaměstnavatelem na home office, není PN potřeba.

Otázka: Jak probíhá test na Covid?

Odpověď: Téměř vždy se provádí test metodou PCR (stěr z nosohltanu), který je nej přesnější. Žádanku vystavuje KHS nebo praktický lékař. Pacientovi přijde sms s informací, kdy se má dostavit do odběrového stanu. Pacient by rozhodně neměl pro cestu využít veřejnou dopravu. Na odběr potřebuje pacient pouze kartičku zdravotní pojišťovny. Pokud pacient spolupracuje, je odběr otázka 15 sekund. Odběr není většinou bolestivý, ale může být nepříjemný. Výsledek testu se dozví pacient do 3 dnů formou sms. V případě zcela nepohyblivých pacientů zařídí KHS nebo praktický lékař odběr doma od mobilního odběrového týmu.

Otázka: Pokud jsem Covid prodělal a přijdu do kontaktu s nakaženým, musím opět do karantény?

Odpověď: Po prodělání nemoci získává pacient na určitou dobu imunitu. Dle výzkumů by měla být imunita minimálně tříměsíční. Co se týče karantény při dalším kontaktu, tak pokud pacient prodělal Covid v posledních 90 dnech, a MĚL TO POTVRZENÉ TESTEM metodou PCR, tak do karantény nemusí. Ale pokud prodělal Covid například v červnu, a nyní byl v kontaktu s nakaženým, tak do karantény musí znovu. Pokud však pacient na testu PCR (stěr z nosohltanu) nebyl, a pouze se domnívá, že nákazu prodělal, tak i kdyby měl typické příznaky, tak bez potvrzeného testu na toto nelze brát ohled a musí do karantény vždy.

Postupy v nejčastějších situacích:

A) Postup v případě, kdy byl pacient v kontaktu s nakaženou osobou – za rizikový kontakt se považuje alespoň 15 minut ve vzdálenosti menší než 2m:

1. Pacientovi je nařízena domácí karanténa na dobu minimálně 10 dní od posledního kontaktu s nakaženým.
2. Pacient musí absolvovat test na Covid metodou PCR (stěr z nosohltanu). Tento test se provádí 5.-10. den od posledního kontaktu a nakaženým. Nelze provést test dříve jak za 5 dní, neboť by nemusel být virus ještě prokázán. Pokud se test nestihne provést do 10. dne od posledního kontaktu s nakaženým, a pacient nemá žádné příznaky, tak na test nejde, nicméně je mu prodloužena karanténa na dobu 14 dní od posledního kontaktu s nakaženým.
3. V případě negativního výsledku testu musí pacient zůstat v karanténě do 10. dne od posledního kontaktu s nakaženým, a zároveň nesmí vykazovat žádné příznaky. Pokud je nakaženým člen společné domácnosti, tak musí pacient zůstat v karanténě až do chvíle, kdy bude nakažený člen domácnosti prohlášený za zdravého. V případě pozitivního výsledku platí postup viz úvod tohoto manuálu (odpovědi na nejčastější dotazy).

B) Postup v případě, kdy má pacient některý z příznaků Covidu, ale nebyl v kontaktu s nakaženou osobou, nebo o tomto kontaktu neví:

1. Pacient je povinen ihned kontaktovat svého praktického lékaře (telefonicky, emailem). K lékaři NECHODÍ!
2. Lékař pacientovi nařídí domácí karanténu v délce minimálně 10 dnů od prvních příznaků. Bohužel současná situace znamená, že pokud má pacient pouze běžné nachlazení, tak je nucen dodržet 10 denní karanténu, neboť příznaky Covidu a běžného nachlazení nelze bez provedení testu jednoznačně odlišit.
 - 3.a) Pokud se jedná o pacienta, který SPADÁ do rizikové skupiny (kardiaci, diabetici, velmi obézní pacienti apod.), nebo o pacienta, který PRACUJE V DŮLEŽITÝCH PROVOZECH (zdravotníci, sociální služby, učitelé atd.) tak lékař pacienta pošle na test metodou PCR (stěr z nosohltanu).
 - 3.b) Pokud se jedná o pacienta, který NESPADÁ do rizikové skupiny, tak mu lékař sdělí, že má vyčkat 3 dny. Pokud po 3 dnech příznaky přetrvávají, je pacient poslán na test metodou PCR (stěr z nosohltanu). Pokud po 3 dnech příznaky pacient již nemá, tak na test nejde, nicméně je povinen zůstat v karanténě do 10. dne od prvních příznaků.
4. Pokud je výsledek testu negativní, lze karanténu ukončit ihned. Pokud v tuto chvíli pořád ještě přetrvávají příznaky, je vhodné se objednat k lékaři k vyšetření a určení diagnózy. V případě pozitivního výsledku platí postup viz úvod tohoto manuálu (odpovědi na nejčastější dotazy).

Doporučení pro léčbu a postup v akutních stavech:

COVID-19 je virové onemocnění, na které tedy nezabírají antibiotika. Onemocnění se léčí podobně, jako jiná virová onemocnění, tzn. klid na lůžku, dostatek tekutin, v případě bolesti nebo zvýšené teploty volně dostupné léky (Paralen, Ibuprofen...), v případě kašle volně dostupné léky na kašel. Pokud se stav po několika dnech nezlepší, nebo se příznaky zhorší (dušnost, neschopnost přijímat tekutiny, horečky přes 40°C nereagující na léky, záchvaty dávivého kašle apod.), tak informujte ihned svého praktického lékaře, který by měl posoudit stav a zvážit eventuálně hospitalizaci nebo jiný postup. Hospitalizace by vzhledem k přeplnění nemocnic měla být indikována opravdu jen u těžších průběhů. Volání záchranné služby by mělo být pouze při náhle vzniklých komplikacích ohrožujících život (poruchy vědomí, těžká dušnost...). V ostatních stavech by mělo vždy dojít nejdříve ke konzultaci s praktickým lékařem, neboť volat si záchrannou službu, když to reálně není potřeba, znamená, že sanitní vůz s posádkou může chybět u někoho, kdo jejich pomoc skutečně potřebuje...