

BÖLÜM 10

COVID-19 ENFEKSİYONU SONRASI PULMONER VE FİZİKSEL SORUNLARI ÖNLEMENE YÖNELİK UYGULAMALAR

Ersin NAZLICAN¹

GİRİŞ

Son derece bulaşıcı bir solunum yolu hastalığı olan koronavirüs hastalığı(COVID-19), 2019 yılı Aralık ayında Çin'de başlayarak tüm dünyayı saran bir pandemi olarak halen devam etmektedir. Ortaya çıkışından sonra küresel bir acil halk sağlığı sorunu olarak tüm dünyayı etkilemektedir. COVID-19 enfeksiyonu genel olarak damlacık yoluyla bulaşmaktadır. Ayrıca hasta bireylerin öksürme, hapşırma yoluyla ortaya saçtıkları damlacıklara diğer kişilerin elleri ile temas etmesi sonrasında ellerini ağız, burun veya gözlerine götürmesi ve temas etmesi ile bulaşmaktadır. COVID-19'da toplumun tümü duyarlıdır. Sağlık çalışanları etkenle karşılaşma yönünden en riskli meslek grubudur. Enfeksiyonun yaygın belirtileri solunum semptomları, ateş, öksürük ve dispnedir. Baş ağrısı, boğaz ağrısı, burun akıntısı, kas ve eklem ağrıları, aşırı halsizlik, yeni ortaya çıkan koku ve tat alma duyusu kaybı, ishal gibi belirtiler de görülebilmektedir. Hastalık asemptomatik geçirilebilmekle birlikte, ciddi vakalarda, pnömoni, ağır akut solunum yolu enfeksiyonu, böbrek yetmezliği ve hatta ölüm gelişebilmektedir. Enfeksiyonu ağır olarak geçiren vakalarda fiziksel ve pulmoner yetersizliklerle karşılaşmaktadır.

Bu derlemenin amacı; COVID-19 enfeksiyonu sonrası akciğer kapasitesinin ve vücut egzersiz kapasitesinin rehabilitasyonunun nasıl olması gerektiğini özetlemektir.

COVID-19 Genel Bilgiler:

Hastalığın vücutta asıl etkilediği sistem pulmoner sistem olmasına rağmen tüm vücudu etkileyecek derinlikte ve hatta ölüme kadar götürebilecek ağırlıkta bir enfeksiyon tablosu ile karşı karşıya kalınabilmektedir. Özellikle enfeksiyonu ağır olarak geçiren vakalarda yaşanan sorunlar tedavi sonrası hastalarda solunum, fiziksel ve psikolojik işlev bozukluğuna neden olabilir.

¹ Doç.Dr. Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı ADenazlican@cu.edu.tr

SONUÇ

COVID-19 enfeksiyonu her ne kadar solunum sistemi yollarını etkileyen bir enfeksiyon olsa da tüm vücudu etkileyen sistemik bir enfeksiyon olarak değerlendirilmelidir. Özellikle akciğer tutulumu yaşayan hastalarda tedavi sonrası pulmoner ve fiziksel aktivitenin eski haline getirilmesi için önerilen pulmoner ve kondisyon egzersizlerinin mutlaka yapılması önerilmektedir. Bu sayede hem fiziksel hem pulmoner hem de psikolojik olarak normale dönme süreci hızlı bir Őekilde gerçekleŐecektir.

KAYNAKLAR

1. M.A. Spruit, S.J. Singh, C. Garvey, et al. An official American Thoracic Society/European Respiratory Society statement: key concepts and advances in pulmonary rehabilitation. *Am J Respir Crit Care Med*, 2013;188:13-64
2. Y. Liu, N. Su, C. Shen, A.D. Jiang. Literature analysis on the efficacy and safety of lopinavir/ritonavir in viral infectious diseases (in Chinese) *Herald Med*, 2020;3:1-15
3. M. Khalid, F. Al Rabiah, B. Khan, A. Al Mobeireek, T.S. Butt, E. Al Mutairy Ribavirin and interferon- α 2b as primary and preventive treatment for Middle East respiratory syndrome coronavirus: a preliminary report of two cases *Antivir Ther*, 2015;20:87-9.1
4. L.J. Stockman, R. Bellamy, P. Garner SARS: systematic review of treatment effects *PLoS Med*, 2006;3:343
5. Bhimraj A, Morgan RL, Hirsch Shumaker A, Lavergne V, Baden L, Chi-Chung Cheng V, vd. Infectious Diseases Society of America Guidelines on the Treatment and Management of Patients with COVID-19; Available from: <https://academic.oup.com/cid/advance-article-abstract/doi/10.1093/cid/ciaa478/5825667> (eriřim tarihi 12.01.2021)
6. F. Jiang, L. Deng, L. Zhang, Y. Cai, C.W. Cheung, Z. Xia Review of the clinical characteristics of coronavirus disease 2019 (COVID-19). *J Gen Intern Med*, 2020;1545-9
7. C. Huang, Y. Wang, X. Li, et al. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China *Lancet*, 2020;395: 497-506
8. S. Tian, W. Hu, L. Niu, H. Liu, H. Xu, S.Y. Xiao Pulmonary pathology of early-phase 2019 novel coronavirus (COVID-19) pneumonia in two patients with lung cancer. *J Thorac Oncol*, 2020;15:700-4.
9. Z. Xu, L. Shi, Y. Wang, et al. Pathological findings of COVID-19 associated with acute respiratory distress syndrome *Lancet Respir Med*, 2020;8:420-2.
10. Notice on Issuing Psychological Crisis Intervention Guidelines for the Novel Coronavirus Pneumonia Epidemic The People's Republic of China: National Health Commission of the People's Republic of China (2020) http://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2020-01/27/content_5472433.html, (eriřim tarihi 12.01.2021)
11. <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/coronavirus/coronavirus-recovery-breathing-exercises#:~:text=of%20your%20mouth.~,Breathe%20in%20through%20your%20nose%20and%20pull%20air%20down%20into,deep%20breaths%20for%20one%20minute.> (eriřim tarihi 12.01.2021)
12. <file:///C:/Users/dr%20ersin/Downloads/support-for-rehabilitation-self-management-after-COVID-19-related-illness-eng.pdf>(eriřim tarihi 12.01.2021)