

Richtlijnen ivm Coronavirus en Reuma

Hoe kunnen we ons beter beschermen tegen de verspreiding van luchtweginfecties?

In geval van luchtweginfecties verloopt de virusoverdracht via speeksel- en slijmpartikels die worden verspreid tijdens het hoesten of niezen. Hieronder krijgt u een beeld van partikelverspreiding wanneer iemand hoest of niest.



- Bedek dus uw mond en neus bij hoesten en niezen, liefst met een papieren zakdoek die u nadien weggooit.
- Was uw handen regelmatig met zeep of ontsmet ze met ontsmettingsalcohol.
- Vermijd nauw contact met andere mensen: geef geen handen noch kussen en vermijd het samenzijn in grote groepen.
- Wees aandachtig voor risicogroepen. Dit zijn personen ouder dan 65 jaar, diabetici, personen met hart-, long- of nieraandoeningen, personen met een verzwakt immuunsysteem, personen met hart- en vaatziekten ...
- Contact tussen kinderen en ouderen is af te raden. Kinderen worden niet ernstig ziek van het coronavirus, maar kunnen het wel makkelijk verspreiden.
- Hou voldoende afstand (1,5 meter) als je buiten bent ("social distancing").

Sinds 18 maart 2020, tot en met 19 april 2020, zijn burgers verplicht thuis te blijven om zoveel mogelijk contact buiten hun gezin te vermijden:

- Behalve om naar het werk te gaan
- Behalve voor essentiële verplaatsingen (naar de dokter, voedingswinkels, het postkantoor, de bank, de apotheek, om te tanken of om mensen in nood te helpen)
- Lichaamsbeweging in de buitenlucht is toegestaan en zelfs aanbevolen (fietsen, wandelen, joggen). Dit kan met gezinsleden die onder hetzelfde dak wonen en met een vriend. Uitstapjes met gezinsleden die onder hetzelfde dak wonen zijn toegestaan. Het is belangrijk om een redelijke afstand te bewaren.
- Samenscholingen zijn niet toegestaan.

Veroorzaakt het Corona-virus een ernstige infectie?

- Het verloop van een Corona-virusinfectie is waarschijnlijk zeer gelijkaardig aan het verloop van een klassieke griep. Dat wil zeggen dat de meeste mensen die zo'n infectie doormaken gedurende enkele dagen koorts maken + hoesten en nadien spontaan herstellen.
- Sommigen maken het ook door zonder symptomen.

- In de minderheid van de gevallen (ongeveer 5 % van de patiënten die besmet raken met het virus) veroorzaakt coronavirus een longontsteking met soms nood tot beademing op intensieve zorgen.

Moet reumamedicatie preventief worden stopgezet?

Personen die geen tekenen vertonen van actieve infectie worden **niet aanbevolen om reumamedicatie preventief te onderbreken**. Het is zelfs beter om de reuma goed onder controle te houden omdat het afweersysteem bij een actieve reuma opstoot ook niet optimaal functioneert.

Moet reumamedicatie worden onderbroken in geval van infectiesymptomen?

Hoewel er op dit moment nog weinig evidentie hierover bestaat, wordt toch aangeraden om bij personen die tekenen van infectie vertonen (koorts, niezen, hoesten, ademtekort) de volgende behandeling te onderbreken:

- klassieke synthetische DMARDs (csDMARDs) (*);
- biologische DMARD (bDMARDs, "biologicals") (*1),
- targeted synthetic DMARDs (zoals JAK-inhibitoren) (*2)

Corticosteroiden dienen te worden verdergezet.

*(*1)Klassieke basistherapieën of DMARD's (csDMARDs) zijn:*

- Ledertrexate® (methotrexate)
- Salazopyrine® (sulfasalazine)
- Arava® (leflunomide)

Merk op dat de behandeling met Plaquenil® (hydroxychloroquine) MOET worden voortgezet, tenzij contra-indicatie.

Belangrijk : indien u Plaquenil® voorschrijft in het kader van een patiënt met lupus : gelieve dit op het voorschrift te vermelden. In dat geval krijgt de patiënt voorrang voor deze behandeling.

*(*2)Biologicals (bDMARDs) zijn:*

- Humira®, Amgevita®, Idacio®, Hulio®, Imraldi®, Hyrimoz® (adalimumab)
- Enbrel®, Benepali® (etanercept)
- Cimzia® (certolizumab)
- Simponi® (golimumab)
- RoActemra® (tocilizumab)
- Kevzara® (sarilumab)
- Taltz® (ixekizumab)
- Stelara® (ustekinumab)
- Orencia® (abatacept)
- Remicade®, Remsima®, Flixabi® (infliximab)
- Cosentyx® (Secukinumab)

*(*3)JAK-inhibitoren zijn:*

- Olumiant® (baricitinib)
- Xeljanz® (tofacitinib)

In geval u klachten van koorts of spierpijn krijgt, worden deze liever met paracetamol dan met ontstekingsremmers (of NSAID) behandeld.

Indien u ontstekingsremmers neemt in het kader van uw reumatisch lijden, kan u deze doornemen.

In geval er tekenen van virusinfectie zijn, worden deze best onderbroken, tenzij deze noodzakelijk zijn om de reumatische aandoening voldoende onder controle te houden.

Veel gebruikte ontstekingsremmers zijn bv: Ibuprofen / Brufen / Nurofen; Diclofenac / Voltaren; Meloxicam / Mobic; Piroxicam / Feldene / Brexine.

Bijkomende adviezen bij vermoeden van een infectie

- Blijf uit de buurt van andere mensen of draag een masker om besmetting van anderen te voorkomen (zeker ouderen en mensen uit de risicogroep)
- Hou voldoende afstand van andere personen
- Verlucht regelmatig de woning
- Was uw handen regelmatig en zeker na het hoesten/niezen/snuiten
- Deel geen voorwerpen met anderen (glazen, bestek, ...)
- Gebruik een ontsmettend schoonmaakproduct om oppervlakten te reinigen

Ga niet werken als u zich ziek voelt

Personen die zich ziek voelen moeten thuis blijven van het werk en dit om het risico te verminderen dat ze anderen besmetten. Neem telefonisch contact op met uw huisarts voor een attest. Mochten er aanwijzingen zijn dat het kan gaan om een Corona-infectie, dan zal de huisarts aanwijzen welke stappen moeten worden genomen.

Bijkomende adviezen bij vermoeden van een infectie

- Blijf uit de buurt van andere mensen of draag een masker om besmetting van anderen te voorkomen (zeker ouderen en mensen uit de risicogroep).
- Hou voldoende afstand van andere personen.
- Verlucht regelmatig de woning.
- Was uw handen regelmatig en zeker na het hoesten/niezen/snuiten.
- Deel geen voorwerpen met anderen (glazen, bestek, ...).
- Gebruik een ontsmettend schoonmaakproduct om oppervlakten te reinigen.

Mogen niet-zieke personen met een verminderde immuniteit gaan werken?

De behandelingen die in de reumatologie worden voorgeschreven zijn meestal immunomodulatoren en onderdrukken de immuniteit niet noemenswaardig.

Op dit ogenblik is er geen systematische aanbeveling voor mensen met een verminderde immuniteit (ongeacht de reden voor deze immuniteitsverandering) om preventief thuis te blijven van het werk. Zo veel als mogelijk wordt thuiswerken gestimuleerd. Op het werk dienen de algemene hygiënische maatregelen zo strikt als mogelijk te worden gerespecteerd.

Wel kan het zijn dat de werkgever bijzondere maatregelen treft voor personeel in risicogroepen (vb. een chronische aandoening, verminderde immuniteit). Zo kunnen in overleg met de werkgever jobaanpassingen worden overeengekomen om het risico op

contact met corona-patiënten te verminderen. Indien de werkgever dit vraagt, kan de behandelende arts hiervoor een attest opmaken.

Blijf up-to-date

Niemand kan op dit ogenblik voorzien hoe de Corona infectiegolf verder zal evolueren. Volg de pers voor aanpassingen van de adviezen. Informatie voor mensen met reuma vindt u ook op www.reumanet.be of via de website van de Koninklijke Belgische Vereniging voor Reumatologie www.r-euma.be.

Waarom zo'n drastische maatregelen?

We willen hiermee de piek van de epidemie afvlakken en spreiden. Dit om aan iedereen op het juiste moment de gepaste zorg te kunnen bieden.

Maatregelen betreffende de raadplegingen

Vanaf 14 maart, geldt er een medisch rampenplan in alle Belgische ziekenhuizen. Dit houdt in dat alle niet urgente raadplegingen, ingrepen e.d. worden uitgesteld of vervangen door een telefonische raadpleging. Ook bezoek is niet toegestaan in het ziekenhuis.

Ga niet naar uw dokter of naar de spoedgevallendienst, geef de voorkeur aan telefonisch contact en volg de instructies van de dokter of het ziekenhuis op.

Als er een dringend medisch probleem is zal u uiteraard door één van de reumatologen gezien worden.

Bij een telefonische raadpleging zal u opgebeld worden door uw behandelende reumatoloog die vragen zal stellen over uw gezondheidstoestand, de eventuele laboresultaten kan bespreken en indien nodig advies geven. Voorschriften en aanvragen voor (labo)onderzoeken zullen opgestuurd worden.

We kijken dan ook voor een nieuwe afspraak.

Indien u vragen heeft, mag u onze dienst steeds contacteren via 050/365030 of fysio@stlucas.be

Indien nodig zal u worden doorverbonden met een van de reumatologen of de reumaverpleegkundige.

We danken u alvast voor uw medewerking en het begrip voor deze uitzonderlijke situatie.