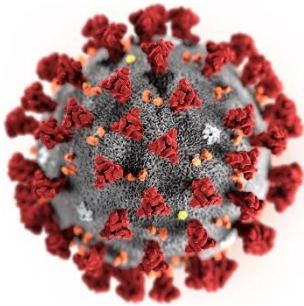


COVID-19 a OSTEOPORÓZA



DOPORUČENÍ PRO PACIENTY S OSTEOPORÓZOU V DOBĚ PANDEMIE COVID-19

V následujícím doporučení poskytujeme některé užitečné informace pro dospělé s osteoporózou v době pandemie COVID 19.

Samotná osteoporóza nezvyšuje riziko vzniku nákazy koronavirem nebo závažných komplikací. Nicméně, pro každého, kdo má osteoporózu, je důležité, aby neprodělal zlomeninu. Systémy zdravotní péče jsou přetížené a obecná doporučení vyzývají, aby se lidé vyhýbali nemocnicím a ordinacím lékařů, pokud to není nezbytně nutné.

Mějte prosím na paměti, že starší dospělí a lidé, kteří trpí určitými chronickými chorobami, jako je cukrovka nebo plicní onemocnění, onemocnění srdce nebo ledvin, jsou ohroženi vyšším rizikem závažnějších komplikací v případě virového onemocnění, jako je chřipka nebo COVID-19. Webové stránky ministerstva zdravotnictví ČR poskytují důležité informace o tom, jak se chránit, cestovní rady a další pokyny: <https://koronavirus.mzcr.cz/>.

ZÁKLADNÍ PREVENTIVNÍ DOPORUČENÍ:

- **Prevence pádů je zásadní:** buďte opatrní a ujistěte se, že vaše domácí prostředí je bez překážek, dbejte na dobrou obuv a vyhýbejte se kluzkým povrchům.
- **Udržujte kontakt s rodinou a přáteli telefonicky nebo e-mailem** – domácí izolace nemá být sociální izolací.
- **Neváhejte požádat o podporu,** kterou potřebujete pro nákupy, vyzvednutí léků v lékárně apod., někoho blízkého, nebo využijte nabízené služby ve svém okolí.
- **Udržujte fyzickou kondici i když jste doma.** Pravidelná chůze po bytě a cvičení zvyšuje odolnost celého organismu (<http://www.osteoliga.cz/index.php/program-cviceni>).

ZÁKLADNÍ DOPORUČENÍ PRO LÉČBU OSTEOPORÓZY:

- Pokud platí nařízení vlády, abyste zůstali doma nebo máte obavy z cesty a návštěvy svého lékaře nebo nemocnice, zkuste sjednat telefonickou schůzku. **Recepty lze poslat elektronicky na základě SMS/e-mailem.**
- Nepřerušujte žádnou léčbu osteoporózy, která vám byla předepsána. Pokud se necítíte dobře a vynecháte nějaké tablety, nezapomeňte obnovit obvyklou dávku, jakmile se budete cítit zdrávi. **Dočasné zpoždění léčby nebude mít dlouhodobý vliv na zdraví kostí.**
- Pokud je kontrolní návštěva u vašeho lékaře zrušena nebo se v tuto chvíli necítíte příliš dobře na to, abyste lék pro osteoporózu vyzvedl(-a), **kontaktujte telefonicky nebo elektronicky**

svého lékaře ohledně nového termínu, jakmile to bude opět možné, aby byly zachovány výhody léčby.

- U většiny léků, které jsou užívány pro léčbu osteoporózy, nehrozí při krátkodobém vysazení riziko náhlého zhoršení osteoporózy a nových zlomenin.
- Injekční léčba:
 - **Léčba teriparatidem** (Forsteo, Terrosa, Movymia): při krátkodobém vysazení (několika týdnů) nehrozí riziko zhoršení stavu vašich kostí. Léky (nebo žádanku) a aplikační jehly může v ambulanci po domluvě vyzvednout vámi pověřená osoba.
 - **Léčba denosumabem** (Prolia): je důležité, aby další injekce nebyla zpožděna o více než 4-6 týdnů, protože výhody léčby po této době rychle odeznívají a přerušení léčby může být spojeno s vyšším rizikem zlomenin obratlů. Pokud se nemůžete na plánovanou návštěvu k injekční aplikaci léku dostavit, je nezbytné se domluvit s vaším ošetřujícím lékařem na dalším postupu (zajištění termínu návštěvy nebo zajištění aplikace léku v domácím prostředí). Mezi nežádoucími účinky léku Prolia u pacientů s osteoporózou a u pacientů s rakovinou prsu nebo prostaty léčených hormonální ablací byl hlášen také **častý výskyt infekcí horních cest dýchacích**. Pokud se necítíte zcela zdraví nebo je podezření na kontakt s infikovanou osobou, doporučujeme aplikaci léku dočasně odložit a informovat svého ošetřujícího lékaře nebo praktického lékaře.
 - **Léčba ibandronátem** (např. Bonviva 3 mg i.v.) nebo **kys. zoledronovou** (Aclasta 5 mg i.v.): léky mají velmi dlouhý poločas v kosti a při přerušení léčby (až několik měsíců podle typu a délky předchozí léčby) nehrozí zhoršení stavu vašich kostí.

Podrobnější informace týkající se vaší léčby vám poskytne váš ošetřující lékař. Případně se můžete obrátit s dotazy na Ligu proti osteoporóze (<http://www.osteoliga.cz/index.php/dotazy>).

Vypracoval

doc. MUDr. Vít Zikán, Ph.D. za výbor Společnosti pro metabolická onemocnění skeletu ČLS JEP