

Zürich, 21.10.2020

4. COVID-19 Rundbrief

Liebe Lungentransplantierte, liebe Cystische Fibrose-Patientinnen und -Patienten

Wie sie aus den Medien erfahren haben, ist nun die zweite Welle der Coronavirus-Pandemie in vollem Gange. Der Bundesrat hat auf nationaler Ebene Massnahmen ergriffen, welche die Ausbreitung des Virus reduzieren soll. Viele der Massnahmen sind schon länger bekannt, aber es braucht eine konsequentere Umsetzung in allen Populationsgruppen, damit die Ausbreitung des Virus vermindert und die Konsequenzen, besonders für die gefährdeten Personen, reduziert werden können. Sie gehören auch zu dieser gefährdeten Risikopopulation, obwohl wir aufgrund eigener Erfahrungen und auch derjenigen von anderen Zentren davon ausgehen, dass die Gefährdung nicht besonders hoch ist. Dies schliessen wir aus den eigenen Erfahrungen mit bisher weniger als 10 Fällen (LuTPL und CF zusammen), da alle unsere Patienten keine schweren Verläufe zeigten. Zudem spricht die internationale Erfahrung mit diesen Infektionen bei LuTPL und CF ebenfalls für diese vorläufige Schlussfolgerung.

Dennoch möchten wir Sie mit diesem Schreiben auffordern, weiterhin sehr konsequent die empfohlenen Verhaltensregeln einzuhalten, weil wir nach wie vor der Ansicht sind, dass es besonders wichtig ist, diese Infektion zu verhindern. Möglicherweise schützt die Immunität nach erfolgter Infektion nicht besonders lange und Komplikationen von COVID-19 können auch längerfristige Probleme verursachen, die wir gerne vermeiden würden.

Im Unterschied zur ersten Welle wissen wir schon viel mehr darüber, welche Massnahmen Virusinfektionen verhindern sollen. Dies sind insbesondere Abstand halten (1.5m oder mehr), Maske tragen, besonders wenn Abstand nicht konsequent eingehalten werden kann, Menschenansammlungen meiden (in Gebäuden und ausserhalb), gute Händehygiene praktizieren, d.h. Händewaschen oder Händedesinfektion und zusätzlich vermeiden, dass man sich im Gesicht berührt (Übertragung des Virus von Händen auf Schleimhäute). Die Grippeimpfung ist empfehlenswert ab jetzt bis Ende November.

Die vom Bundesrat nun festgelegten Massnahmen auf nationaler Ebene sollten es der Bevölkerung erleichtern, das Verhalten konsequent zu ändern. Es liegt in der Verantwortung jedes Einzelnen, diese Massnahmen zu beachten, damit die Infektionen sich nicht in derselben Geschwindigkeit weiter ausbreiten. Dazu gehört auch die Empfehlung des Homeoffice, welches wir vollumfänglich unterstützen. Wenn Sie eine entsprechende Empfehlung von uns auch noch erhalten möchten, können Sie dies telefonisch verlangen.

Die Empfehlung für Transplantierte des USZ wurde Ende September angepasst. Sie finden dies in der Beilage (Merkblatt). Die Überarbeitung fand statt, bevor die bundesrätlichen Massnahmen bekannt wurden.

Wir erachten die persönlichen Arzt-Konsultationen im USZ nach wie vor als sinnvoll und werden diese auf ein Minimum reduzieren, wenn wir die Gewissheit haben, dass der Gesundheitszustand dies zulässt (aufgrund von aktuellen Laborwerten und Lungenfunktionsmessungen sowie klinischen Angaben). Das Fernbleiben von Nachkontrollen (während der ersten Welle) hat auch schon negative Auswirkungen auf Krankheitsverläufe bei einzelnen Patienten (LuTPL und CF) ergeben, weshalb wir dringend davon abraten, die Kontrollen in Eigenregie abzusagen. Das Selbstmonitoring (für Lungentransplantierte) mit Lungenfunktionsmessung, Gewichtskontrolle, Temperaturmessung, ggf. Blutdruckmessung erachten wir nach wie vor als sinnvoll und möchten Sie bitten, diese Selbstmessungen weiterhin durchzuführen und bei Veränderungen z.B. einem Lungenfunktionsabfall an 2 aufeinanderfolgenden Tagen sich zeitnah bei uns telefonisch zu melden.

Körperliche Aktivität, Physiotherapie, Sekretdrainage (wo nötig, z.B. bei CF) und regelmässige Inhalationstherapien sind weiterhin durchzuführen und nur in Absprache mit uns sollten Änderungen erfolgen.

Wie Sie wissen, sind wir rund um die Uhr für Sie telefonisch erreichbar, entweder zu Bürozeiten über 044 255 39 26 oder zu anderen Zeiten via den Dienstarzt Pneumologie über die Telefonzentrale des USZ (044 255 11 11).

Wir sind zuversichtlich, dass Sie auch diese zweite Welle mit Ihrem konsequenten Einsatz und zuverlässigem Verhalten trotz kalter Jahreszeit gut überstehen werden!

Mit freundlichen Grüssen

Ihr LuTPL- und CF-Team am USZ

PD. Dr. med. M. Schuurmans, Dr. med. C. Steinack, Dr. med. R. Hage, Dr. med. F. Gautschi, F. Knörr, Dr. med. A. Ramseier

Beilage: Merkblatt USZ