Изменение: от 17 Марта 2020 Года

Вспыхнувшая эпидемия коронавируса COVID-19 неизбежно спровоцировала беспокойство и ряд вопросов у людей с ревматическими заболеваниями опорно-двигательного аппарата, принимающими иммуносупрессивные препараты, такие как биологические, ингибиторы янус--киназ, стероиды и базисные противовоспалительные препараты, например метотрексат. Иммуносупрессивные препараты необходимы для предотвращения обострения вашего заболевания, поскольку перерыв в их приеме чреват резким ухудшением состояния. Что же касается влияния этих препаратов на возможную коронавирусную инфекцию, то имеющейся информации еще недостаточно, чтобы дать вам обоснованные рекомендации. Поэтому мы настоятельно советуем не прекращать лечение или не уменьшать дозировки принимаемых препаратов во время эпидемии, если только этого не сделает ваш врач по какой-либо конкретной причине.

Если на время эпидемии выпадает плановый визит к ревматологу, в первую очередь надо выяснить, является ли эта встреча крайне необходимой или может перенесена на более благоприятное время безо всякого риска для вас, или, например, консультация может состояться по телефону, либо с использованием виртуальных технологий. Вариант проведения удалённой консультаций зависит от оснащённости медицинского учреждения.

Если у вас повысилась температура и беспокоит постоянный кашель, уместно пройти тест на коронавирус. Если вас беспокоят симптомы простудного заболевания, следуйте действующим в вашей стране рекомендациям по получению медицинской помощи на период эпидемии, обычно это обращение по телефону горячей линии консультирования по коронавирусу.

Если у вас положительный результат тестов на COVID-19, пожалуйста, обсудите ситуацию с вашим специалистом/ревматологом.

Совершенно необходимо – если это не было сделано ранее – пройти вакцинацию против вируса гриппа, коклюша и пневмококковой инфекции – следуя рекомендациям EULAR (Европейской Лиги Ревматологов) и/или действующим в вашей стране правилам. EULAR рекомендует придерживаться политики **национальной системы общественного здравоохранения**, как обладающей самой актуальной информацией и адаптированной к обстоятельствам в различных регионах.

Соблюдение простейших мер предосторожности поможет сохранить здоровье вам, членам вашей семь и близким:

* Регулярно мойте руки с мылом, делайте это тщательно, не менее 20 секунд. Затем вытрите руки насухо.
* Избегайте прикосновений к лицу.
* Когда кашляете или чихаете, прикрывайтесь локтем или бумажной салфеткой/платком; использованную салфетку следует сразу же выбросить.
* Используйте одноразовые салфетки.
* Носите маску, если вы больны; если у вас нет никаких симптомов, то и нет необходимости надевать маску. Маска не может гарантированно предотвратить распространение вируса, но она поможет вам избежать неосознанных и нежелательных прикосновений к лицу, и послужит предупреждением для других - «внимание, потенциальный больной!».
* Соблюдайте разумную дистанцию в местах скопления людей, особенно с теми, кто кашляет и чихает, т.е., может быть болен.
* Избегайте рукопожатий и объятий при встрече, придумайте безопасный способ приветствия.
* Старайтесь не использовать (загруженный) городской транспорт и избегать мест с большим скоплением людей.
* Не предпринимайте ненужных поездок в период эпидемии в небезопасные географические регионы – пожалуйста, обратите внимание на рекомендации национального Минздрава, заботящегося о вашем здоровье

.

.

Дополнительную информацию можно получить из нижеуказанных источников

* World Health Organization: [Coronavirus disease (COVID-19) outbreak](https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019).
* (German only) [Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie - Patienten Bereich](https://dgrh.de/Start/Patientenbereich.html) *German Society for Rheumatology - Patient section.*
* British Society for Rheumatology: [Covid-19 (Coronavirus) - update for members](https://www.rheumatology.org.uk/News-Policy/Details/Covid19-Coronavirus-update-members)
* NRAS - National Rheumatoid Arthritis Society. [Coronavirus: What we know so far](https://www.nras.org.uk/news/coronavirus-what-we-know-so-far). 09 March 2020.