

Soalan Lazim COVID19 untuk pesakit IBD di Singapura

PENGENALAN

COVID 19 adalah penyakit yang disebabkan oleh coronavirus, yang baru-baru ini dinamakan SARS-CoV-2 oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia. Pada manusia, kebanyakan pesakit akan mengalami gejala ringan seperti batuk dan pada minoriti pesakit, ianya boleh mengakibatkan kegagalan paru-paru dan kematian yang parah. Anda boleh terkena virus dari seseorang yang telah dijangkiti melalui hubungan rapat, atau melalui titisan jika orang yang dijangkiti itu batuk atau bersin. Mungkin juga virus itu boleh tersebar melalui sentuhan dengan permukaan yang terkontaminasi seperti meja.

Kami menghargai kebimbangan anda mengenai IBD dan COVID19. Kami berharap bahawa FAQ ini dapat membantu menjawab beberapa soalan yang anda mungkin ada.

Apa yang boleh saya lakukan untuk melindungi diri saya?

- Selaras dengan khidmat nasihat Kementerian Kesihatan Singapura (MOH), pengasingan sosial perlu diamalkan oleh semua orang. Di larang sebarang perhimpunan sosial tidak kira saiz.
- Senantiasa berada di rumah
- Keluar rumah anda hanya untuk sebab-sebab tertentu (misalnya kerja, belanja untuk bahan makanan).
- Ketika anda berada diluar persekitaran, langkah jarak selamat sekurang-kurangnya 1 meter pada seseorang harus dipatuhi.
- Gunakan pelitup sekiranya anda harus keluar rumah.
- Elakkan mempunyai tetamu datang ke rumah anda.
- Basuh tangan anda selama sekurang-kurangnya 20 saat dengan sabun dan air. Gel sanitiser mudah alih yang mengandungi alkohol adalah alternatif yang sesuai.
- Jangan sentuh muka anda dengan tangan yang tidak dicuci.

Adakah saya mempunyai risiko jangkitan COVID19 yang lebih tinggi?

- Imunomodulator atau biologi mengubah cara sistem kekebalan tubuh anda berfungsi. Ini bermakna anda mungkin berisiko tinggi untuk mendapat jangkitan yang lebih teruk jika anda dijangkiti. Ini bermakna anda perlu mematuhi langkah-langkah kebersihan untuk melindungi diri anda.

Haruskah saya terus mengambil 5 aminosalicylates (Sulfasalazine, Pentasa, Salofalk, Octasa, Azacol)?

- Ya. 5 ASA sangat selamat dan tidak diketahui bahawa ia akan menurunkan sistem imuniti pesakit. Tiada data untuk menunjukkan bahawa 5 ASA meningkatkan risiko jangkitan atau komplikasi COVID19.

Haruskah saya terus mengambil imunomodulator (azathioprine, mercaptopurine, methotrexate) atau biologi (infliximab, adalimumab, golimumab, vedolizumab, ustekinumab)?

- Ya. Kebanyakan pesakit dalam rawatan IBD harus terus mengambil ubat mereka untuk mencapai atau mengekalkan peringkat remisi/beda. Adalah penting untuk anda kekal sihat dalam tempoh ini, termasuk pengawalan yang baik terhadap IBD dengan ubat-ubatan.
- Jika anda berhenti mengambil ubat, anda mungkin berisiko menghadapi keadaan IBD yang lebih teruk hingga memerlukan penggunaan ubat-ubatan lain seperti steroid. Ini mungkin membawa kepada risiko komplikasi yang lebih tinggi, termasuk COVID19.
- Walau bagaimanapun, jika anda mengesyaki bahawa anda mempunyai jangkitan COVID19, atau telah bersentuhan dengan pesakit COVID19, anda harus mendapatkan nasihat perubatan dari ahli Gastroenterologi anda.
- Sekiranya anda memerlukan pengambilan infusi untuk biologic, klinik dan hospital telah diubah suai untuk meminimumkan risiko mendapatkan jangkitan. Pekerja penjagaan kesihatan terus mengamalkan keutamaan kebersihan dan mempraktikkan perlindungan diri yang tinggi apabila mengendalikan biologi.

Haruskah saya terus melawat ahli gastroenterologi saya?

- Ya. Lawatan berjadual adalah penting untuk mengekalkan kawalan IBD anda. Semasa lawatan, ujian darah yang berkaitan mungkin dilakukan untuk memeriksa keadaan penyakit IBD dan komplikasi yang berpotensi dari ubat IBD.
- Bincang dengan ahli Gastroenterologi anda untuk mendapat kepastian sama ada berkonsultasi melalui telefon & penghantaran ubat-ubatan ke rumah adalah alternatif yang sesuai untuk menguruskan IBD anda.

Saya mempunyai simptom COVID19, apa yang perlu saya lakukan?

- Gunakan pelitup untuk menghadkan penyebaran titisan.
- Dapatkan rawatan perubatan doktor penjagaan kesihatan utama anda yang akan membuat penilaian gejala anda dan melakukan penilaian lanjut sekiranya.
- Jangan berhenti mengambil ubat-ubatan anda tanpa berunding dengan Gastroenterologist anda.

Apakah yang perlu saya lakukan sekiranya keadaan IBD saya semakin teruk?

- Hubungi Ahli Gastroenterologi anda untuk mendapati nasihat yang selanjutnya.

KESIMPULAN

COVID19 dijangka akan berlarutan sehingga akhir tahun 2020 dan kemungkinan lebih lama lagi. Anda perlu menjaga diri anda dan terus menjalani rawatan perubatan untuk memastikan keadaan IBD anda terkawal.

Memandangkan situasi terkini agak dinamik, kami menasihatkan anda agar terus mengambil tahu akan perkembangan terkini dan dapatkan penjelasan perubatan sekiranya ada sebarang ketidakpastian.

Antara sumber talian berguna:

Crohn's & Colitis UK: <https://www.crohnsandcolitis.org.uk/news/coronavirus-covid-19-advice>

Crohn's & Colitis Foundation: <https://www.crohnscolitisfoundation.org/coronavirus/what-ibd-patients-should-know>

Kementerian Kesihatan Singapura (COVID19): <https://www.moh.gov.sg/covid-19>

Jawatankuasa Penulisan (mengikut abjad)

Dr Marion Aw

Dr Webber Chan

Dr Chen Weihao

Dr Chuah Sai Wei

Dr Juanda Leo Hartono

Dr Christopher Kong

Dr Lim Wee Chian

Dr Ling Khoon Lin

Dr David Ong

Dr Ooi Choon Jin

Dr Shim Hang Hock

Dr Malcolm Tan