

Het is ook belangrijk om uw mentale gezondheid te beschermen, vooral in tijden van het bewaren van fysieke afstand.

Er is een duidelijke aanwijzing dat de sterftecijferatio van bevestigde gevallen van COVID-19 het hoogst is bij mensen die leven met of worden getroffen door niet-overdraagbare ziekten (NOZ) en bij oudere leeftijdsgroepen. Deze informatienota zet uiteen wat we weten op 17 maart 2020.

Informatienota

COVID-19 en NOZ



COVID -19

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

NOZ en

geestelijke gezondheid
www.who.int/ncds
www.who.int/mental_health

COVID-19 en NOZ

Voor mensen die leven met of getroffen worden door niet-overdraagbare ziekten (NOZ):

- neemt het risico op ernstige COVID-19-ziekte toe met de leeftijd.
- Alhoewel een persoon van welke leeftijd dan ook ernstige complicaties kan ontwikkelen, vallen onder personen met een hoger risico op ernstige COVID-19 ziekte en overlijden:
 - mensen ouder dan 40 jaar. Het risico is veel hoger voor personen ouder dan 60 jaar.
 - mensen met NOZ en onderliggende aandoeningen zoals:
 - hypertensie (bijv. verhoogde bloeddruk)
 - diabetes
 - hart- en vaatziekten (bijv. personen die een hartaanval of beroerte hebben gehad of daar risico op lopen)
 - chronische luchtwegaandoeningen (bijv. COL, astma)
 - kanker.

Technische begeleiding Coronavirusziekte (COVID-19): Patiëntenbeheer

- **Begrijp de toestand van de comorbide patiënt om de beheersing van een levensbedreigende ziekte af te stemmen en de prognose te waarden**

– **Communiceer vroegtijdig met patiënt en familie**

Bepaal tijdens de behandeling van COVID-19 op de intensive care welk medicijngebruik moet worden voortgezet en welk tijdelijk moet worden stopgezet. Communiceer proactief met patiënten en familie en bied ondersteuning en prognostische informatie. Begrijp de waarden van de patiënt en voorkeuren betreffende levensondersteunende interventies.

Gebaseerd op 55.294 gevallen van COVID-19 in China die door een laboratorium zijn bevestigd, is er een duidelijke aanwijzing dat de sterfte-ratio het hoogst is bij mensen die leven met of getroffen worden door NOZ en bij oudere leeftijdsgroepen:

- Elke aandoening die de zuurstofbehoefte verhoogt of het vermogen van het lichaam om het op de juiste manier te gebruiken vermindert, laat patiënten een groter risico lopen op de gevolgen van dubbele virale longontsteking.
- Rokers zijn waarschijnlijk kwetsbaarder voor COVID-19, omdat roken betekent dat vingers (en mogelijk besmette sigaretten) in contact komen met lippen, wat de kans op overdracht van het virus van hand op mond vergroot. Rokers kunnen ook al longziekte of verminderde longcapaciteit hebben, wat het risico op ernstige ziekten aanzienlijk zou vergroten.
- Bij rookproducten, zoals waterpijpen, worden mondstukken en slangen vaak gedeeld, wat de overdracht van COVID-19 in gemeenschappelijke en sociale omgevingen zou kunnen vergemakkelijken.
- Personen met een verminderde immuniteit, zoals degenen die een behandeling tegen kanker ondergaan, lopen een hoger risico op complicaties door infectie met COVID-19.

Tips voor patiënten met hoge bloeddruk, diabetes of andere NOZ:

1. Blijf uw medicijnen innemen en volg medisch advies op.
2. Zorg voor een medicijnvoorraad van één maand of langer indien mogelijk.
3. Houd een afstand van minimaal één meter van mensen die hoesten, verkouden zijn of griep hebben.
4. Was uw handen vaak met water en zeep.
5. Stop met roken en vermijd het gebruik van copingstrategieën die te maken hebben met alcohol of drugs.
6. Bescherm uw geestelijke gezondheid.

Een **Gezonde Levensstijl** zorgt ervoor dat alle lichaamsfuncties beter werken, met inbegrip van de immuniteit. Een gezond dieet volgen met veel groenten en fruit, lichamelijk actief blijven, stoppen met roken, alcoholgebruik beperken of vermijden en voldoende slaap krijgen zijn belangrijke componenten van een gezonde levensstijl.

