

E PËRDITËSUAR MË 26 MARS 2020

KËSHILLA PËR SHËNDETIN NGA FIP

**COVID-19:
PYETJET QË BËHEN MË SHPESH
DHE RRËZIMI I MITEVE**

COVID-19: PYETJET QË BËHEN MË SHPESH DHE RRËZIMI I MITEVE

FIP do të përditësojë këtë udhëzues pasi të ketë në dispozicion më shumë informacione.

Tabela e përmbajtjes

Qëllimi i këtij dokumenti	Err
or! Bookmark not defined.	
Përgjigje të pyetjeve që behen zakonisht nga pacientët dhe popullata	Err
or! Bookmark not defined.	
Çfarë është koronavirusi i ri?	3
Cili është burimi i SARS-CoV-2?	Err
or! Bookmark not defined.	
Si shpërndahet virusi?	3
A mund të infektohet me COVID-19 një person që nuk shfaq simptoma?	4
A mundet një grua shtatzënë t'ja transmetojë virusin fetusit të saj?	4
A mund të transmetohet virusi nga mamaja tek foshnja nëpërmjet të ushqyerit me gji?	4
A është SARS-CoV-2 i njëjtë me virusin MERS-CoV ose SARS?	4
Kam temperaturë dhe kollë. A mund të jetë koronavirusi i ri?	4
Çfarë mund të bëj për ta mbrojtur veten nga virusi?	5
A ka ndonjë bar apo medikament specifik për ta parandaluar ose trajtuar COVID-19?	5
A mbrojnë vaksinat kundër pneumonise nga COVID-19?	5
A janë efektive antibiotikët në trajtimin nga COVID-19?	5
A duhet trajtimi me ACE inhibitorë ose ARBs të ndërpritet për shkak të rrezikut të përkeqësimit të COVID-19?	5
A është e sigurt të përdoren medikamente antiinflamatore jo-steroidale si ibuprofen për menaxhimin e temperaturës dhe dhimbjeve nga COVID-19 ?	6
A mundet virusi të pësojë mutacion përpara se të zhvillohet ndonjë trajtim specifik apo vaksinë?	6
A munden multivitaminat dhe përforcuesit e sistemit imunitar të ndihmojnë individët nga virusi?	6
A mund të infektohen përsëri njerëzit që shërohen nga COVID-19?	6
A do të zhduket vetë COVID-19 gjatë periudhës së rritjes së temperaturave?	7
A është e sigurt të marrësh letra apo pako nga vende ku raportohet që ka COVID-19?	7
A mund të transmetohet COVID-19 nëpërmjet mushkonjave?	7
A janë efektive maskat për të me mbrojtur nga virusi?	7
A është masë efektive përdorimi i dorezave të gomës në publik për të parandaluar infektimin nga COVID-19?	7

Përse disa persona të infektuar dalin negativ në testin për COVID-19?	7
Unë kam qënë së fundmi në një zonë të infektuar dhe kam diarre. A kam COVID-19?	7
A munden kafshë shtëpiake të përhapin COVID-19?	8
Unë kam udhëtuar së fundmi në një nga vendet me numrin më të lartë të të infektuarëve. Çfarë duhet të bëj?	8
Sa efektivë janë skanuesit termal për të zbuluar njerëzit të infektuar me COVID-19?	8
Rrëzimi i miteve	Err
or! Bookmark not defined.	
COVID-19 infekton vetëm njerëzit e moshuar dhe ata me komorbiditete	8
Kontakti me njerëzit e vëndeve të infektuara duhet të shmanget deri sa të mësohet me shumë për sëmundjen	Err
or! Bookmark not defined.	
Virusi i zhvillua në laborator	Err
or! Bookmark not defined.	
Ngrënia e hudhrave parandalon infektimin me COVID-19	Err
or! Bookmark not defined.	
Tymi e gazi i fishekzjarreve dhe kapsollave parandalon infektimin me COVID-19	Err
or! Bookmark not defined.	
Spërkatja e alkolit dhe klorit në trup mund të vrasë koronavirusin	Err
or! Bookmark not defined.	
Të aplikosh vaj susami bllokoi COVID-19 të futet në organizëm	Err
or! Bookmark not defined.	
Pirja e infuzionit të farave mund të parandalojë infektimin me COVID-19	Err
or! Bookmark not defined.	
Bibliografia	10
Vlefshmëria	Err
or! Bookmark not defined.	
Mirënjohje	Err
or! Bookmark not defined.	

Qëllimi i këtij dokumenti

Që nga dhjetori i vitit 2019, shpërthimi i një koronavirusi të ri bëri që ai të përhapej në shumë vende dhe të shkaktojë mijëra raste infektimi apo vdekje. COVID-19 është sëmundja e shkaktuar nga virusi i ri SARS-CoV-2. Shumica e njerëzve që janë të infektuar ndjejnë simptoma të lehta të problemeve të frymëmarrjes që zhduken vetë, por disa njerëz zhvillojnë sëmundje më të rënda, si pneumonia. Virus i transmetohet përmes kontaktit me një person të infektuar ose përmes spërklave të frymëmarrjes kur një person i infektuar kollitet ose teshtin. Ekziston një rrezik më i lartë i infeksionit nëse keni qenë në një zonë ku virusi po përhapet, ose nëse keni qenë në kontakt të ngushtë me një person të infektuar me koronavirusin e ri. Ekziston gjithashtu një rrezik më i lartë nëse vuani tashmë nga komorbiditete.

Qëllimi i këtij dokumenti është të sigurojë informacione dhe udhëzime përkatëse për pandeminë e COVID-19 për farmacistët dhe stafin e farmacisë të kujdesit parësor (d.m.th farmacitë e rrjetit të hapur dhe në mjediset spitalore).

Infeksionet me koronavirus mund të parandalohen dhe një shpërthim mund të ndalet nëpërmjet angazhimit aktiv të vendimmarrësve, profesionistëve të kujdesit shëndetësor, mediave dhe komunitetit. Kjo u demonstrua në shpërthimet e mëparshme të koronavirusit, siç ishte në 2003 me SARS-CoV (Sindromi i rëndë respirator akut Coronavirus) ose në 2012 me MERS-CoV (Sindromi respirator i Lindjes së Mesme Coronavirus). Ky dokument synon të ndihmojë farmacistët dhe stafin e farmacisë në parandalimin e përhapjes së sëmundjes dhe të kontribuojë në menaxhimin e saj efikas në sistemin e kujdesit shëndetësor.

Përgjigje të pyetjeve që bëhen zakonisht nga pacientët dhe popullata

Çfarë është një koronavirus i ri?

Koronavirusi i ri është një virus që nuk është identifikuar më parë. SARS-CoV-2 nuk është njësoj si [coronaviruses that commonly circulate among humans](#) (koronaviruset që qarkullojnë vazhdimisht nëpër njerëz) dhe shkaktajnë sëmundshmëri të lehtë, si ftohja e zakonshme. Një diagnozë me koronavirus 229E, NL63, OC43, ose HKU1 nuk është e njëjtë me një diagnozë SARS-CoV-2. Këto janë viruse të ndryshme dhe pacientët me SARS-CoV-2 do të vlerësohen dhe trajtohen ndryshe nga pacientët me diagnoza të zakonshme të koronavirusit. (Centers for Disease Control and Prevention, 2020)

Cili është burimi i SARS-CoV-2?

Zyrtarët e shëndetit publik dhe partnerët po punojnë shumë për të identifikuar burimin e SARS-CoV-2. Koronaviruset janë një familje e madhe virusesh, disa prej tyre shkaktajnë sëmundje të njerëzve dhe të tjerë qarkullojnë midis kafshëve, si deve, mace dhe lakuriqëve të natës. Analiza e pemës gjenetike së këtij virusi është në proces. Në këtë mënyrë përcaktojmë burimin specifik të virusit. Deri më tani lakuriqët janë të dyshuar për shkak të ngjashmërisë së lartë midis këtij virusi dhe koronavirusëve të tjerë që zakonisht gjenden në specie të lakuriqit. Sindromi i rëndë i respirator akut (SARS), një tjetër koronavirus që u përhap dhe infektoi njerëzit, vinte nga macet, ndërsa Sindroma respiratore akute e Lindjes së Mesme (MERS) vinte nga devetë. (Centers for Disease Control and Prevention, 2020)

Si shpërndahet virusi?

Ndoshta ky virus fillimisht ka dalë nga një burim shtazor por tani ai po përhapet nga një person në tjetrin. Më shpesh, përhapja nga një person në tjetrin ndodh midis kontakteve të ngushta (1.8 metra) dhe kryesisht përmes spërklave të frymëmarrjes të prodhuara kur një person i infektuar kollitet ose teshtin, të ngjashme me atë se si përhapet gripi dhe patogjenët e tjerë respirator. Këto spërklave mund të zbresin në gojë, hundë ose sy të njerëzve që janë afër ose mund të thithen në mushkëri. Infeksioni gjithashtu mund të ndodhë nëse një person prek një sipërfaqe të infektuar dhe pastaj prek sytë, hundën ose gojën e tij / saj.

A mund të infektohet me COVID-19 një person që nuk shfaq simptoma?

Transmetimi i SARS-CoV-2 nga individë asimptomatikë (ose individë brenda periudhës së inkubacionit) është tashmë i njohur. Sidoqoftë, shkalla në të cilën ndodh kjo mbetet e panjohur. Ekzaminimi serologjik në shkallë të gjerë mund të jetë në gjendje të sigurojë një kuptim më të mirë të fushëveprimit të infeksioneve asimptomatike dhe të jap informacion mbi analizën epidemiologjike. (McIntosh, UpToDate Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Transmission, 2020)

A mundet një grua shtatzënë t'ja transmetojë virusin fetusit të saj?

Informacione minimale janë në dispozicion në lidhje me COVID-19 gjatë shtatzënisë. Transmetimi intrauterin ose perinatal nuk është identifikuar. Në dy raporte që përfshinin gjithsej 18 gra shtatzëna të dyshuara ose të konfirmuara me pneumoni të COVID-19, nuk kishte asnjë provë laboratorike për transmetimin e virusit në foshnja. Sidoqoftë, dy raste foshnjash me infeksion janë të dokumentuara. Në një rast, diagnoza është bërë në ditën e 17 të jetës pas kontaktit të nënës me foshnjën dhe me maminë e maternitetit, të dyja ishin të infektuara me virusin. Rasti tjetër u diagnostikua 36 orë pas lindjes; burimi dhe koha e transmetimit në atë rast ishin të paqarta. (McIntosh, Coronavirus disease 2019 (COVID-19) - Special situation: Pregnant women, 2020)

A mund të transmetohet virusi nga mamaja tek foshnja nëpërmjet ushqyerjes me gji?

Në studime të limituara për gratë me COVID-19 dhe me Sindrom të rëndë respirator akut Coronavirus (SARS-CoV), virusi nuk është identifikuar në qumështin e gjirit; megjithatë nuk dihet nëse nënat me COVID-19 mund ta transmetojnë virusin përmes qumështit të gjirit. Qumështi i gjirit siguron mbrojtje ndaj shumë sëmundjeve. Ka përjashtime të rralla kur ushqyerja me gji nuk rekomandohet. CDC nuk ka udhëzime specifike për ushqyerjen me gji gjatë infeksionit me viruse të ngjashme si SARS-CoV ose Sindromi respirator i Lindjes së Mesme Coronavirus (MERS-CoV). Në një situatë të ngjashme me COVID-19, CDC rekomandon që një nëna të vazhdojë ushqyerjen me gji dhe të marrë masa paraprake për të shmangur përhapjen e virusit tek foshnja e saj. Duke pasur parasysh rrezikshmërinë e ulët të transmetimit të viruseve respiratore përmes qumështit të gjirit, Organizata Botërore e Shëndetësisë deklaroi që nënat me COVID-19 mund të ushqejnë foshnjat me gji. (Academy of Breastfeeding Medicine, 2020)

A është SARS-CoV-2 i njëjtë me virusin MERS-CoV ose SARS?

Jo. Koronaviruset janë një familje e madhe virusesh, disa shkaktojnë sëmundje të njerëzimit dhe të tjerë qarkullojnë midis kafshëve, si deve, mace dhe lakuriq nate. SARS-CoV-2 i shfaqur kohët e fundit nuk është i njëjtë me koronaviruset që shkaktojnë MERS ose SARS. Sidoqoftë, analizat gjenetike sugjerojnë se ajo doli nga një virus i lidhur me atë që shkaktoi SARS. Ka hetime në vazhdim për të mësuar më shumë. Kjo është një situatë që zhvillohet me shpejtësi dhe informacioni do të përditësohet pasi të bëhet i disponueshëm. (Centers for Disease Control and Prevention, 2020)

Kam temperature dhe kollë. A mund të jetë koronavirusi i ri?

Nëse keni qënë në kontakt me një rast të konfirmuar të COVID-19, ekziston mundësia që po, dhe mund t'ju duhet të testoheni dhe të ndiqeni. Simptomat e COVID-19 nuk janë specifike për këtë sëmundje dhe mund të jenë mjaft të ngjashme me ato të gripit sezonal ose sëmundjeve të tjera. Sidoqoftë, nëse keni ndonjë nga simptomat, ju këshillohet të izoloheni në shtëpi dhe të ndiqni udhëzimet e autoriteteve tuaja shëndetësore kombëtare. Nëse jeni më të vjetër se 65 vjeç ose keni komorbiditytë siç janë sëmundjet kardiovaskulare, diabeti, sëmundjet kronike respiratore, kanceri ose sëmundje të tjera (kongjenitale ose të fituara) që mund të kompromentojnë imunitetin tuaj, mund të keni rrezik më të lartë për të zhvilluar forma më të rënda të infeksionit, dhe këshillohet që të kërkonit kujdes të duhur mjekësor.

Çfarë mund të bëj për ta mbrojtur veten nga virusi?

Masat e zakonshme të higjienës personale për të parandaluar përhapjen e infeksioneve duhet të ndiqen: larja e rregullt e duarve, mbulimi i gojës dhe hundës kur kollitet dhe teshtini në një bërthyl të përthyer ose në një façoletë, dhe gatimi i mirë i mishit dhe vezëve. Shmangni kontaktin me këdo që tregon simptoma të sëmundjes respiratore si kollitja dhe teshtima. (Royal Pharmaceutical Society, 2020)

A ka ndonjë bar apo medikament specific për ta parandaluar ose trajtuar COVID-19?

Deri më tani, nuk ka asnjë bar specifik që rekomandohet për të parandaluar ose trajtuar COVID-19. Sidoqoftë, personat e infektuar me virus duhet të kenë kujdes për të lehtësuar dhe trajtuar simptomat, dhe ata me sëmundje të rëndë duhet trajtohen nga profesionistë. Disa trajtime specifike janë nën shqyrtim dhe do të testohen përmes provave klinike. OBSH po ndihmon për të përshpejtuar përpjekjet e kërkimit dhe zhvillimit me një gamë partnerësh. (World Health Organization, 2020)

Masat e mëposhtme nuk rekomandohen posaçërisht si mjete trajtuese për COVID-19 sepse ato nuk janë efektive për të mbrojtur veten tuaj dhe mund të jenë edhe të dëmshme nëse nuk tregohet kujdes në përdorimin e tyre:

- Marrja e vitaminës C;
- Pirja e çajrave bimorë tradicionalë;
- Veshja e disa maskave njëkohësisht për të rritur maksimalisht mbrojtjen;
- Vetëmjekimi me medikamente si antibiotikë;
- Mjekësia alternative pa prova të përshtatshme të efektivitetit.

Në çdo rast, nëse keni ethe, kollë dhe vështirësi në frymëmarrje kërkoni kujdes mjekësor sa më shpejt për të zvogëluar rrezikun e zhvillimit të një infeksioni më të rëndë dhe sigurohuni që të ndani historinë tuaj të udhëtimit të fundit me ofruesin tuaj të kujdesit shëndetësor.

A mbrojnë vaksinat kundër pneumonisë nga COVID-19?

Jo. Vaksinat kundër pneumonisë, siç është vakcina pneumokokale (PV) dhe vakcina e llojit Haemophilus influenza B (Hib), nuk ofrojnë mbrojtje kundër COVID-19. Virusi është aq i ri dhe i ndryshëm sa që ka nevojë për vaksinën e vet. Studiuesit po përpiqen të zhvillojnë një dhe OBSH po mbështet përpjekjet e tyre. Edhe pse PV dhe Hib nuk janë efektive kundër COVID-19, vaksinimi kundër sëmundjeve respiratore rekomandohet shumë për të mbrojtur shëndetin tuaj. (World Health Organization, 2020)

A janë efektive antibiotiket në trajtimin nga COVID-19?

Jo, antibiotikët nuk funksionojnë kundër viruseve; ata veprojnë vetëm në infeksione bakteriale. COVID-19 shkaktohet nga një virus dhe, për këtë arsye, antibiotikët nuk duhet të përdoren si një mjet parandalimi ose trajtimi. Sidoqoftë, nëse jeni të shtruar në spital me COVID-19, mund të merrni antibiotikë sepse bashkë-infeksioni bakterial është i mundur. (World Health Organization, 2020)

A duhet të ndërpritet trajtimi me ACEi dhe ARBs për shkak të rrezikut të përkeqësimit të COVID-19?

Nuk ka asnjë provë për të mbështetur pohimin dhe se trajtimi me ACE inhibitorë (ACEi) ose bllokuesve të receptorëve të angiotenzinës (ARB) mund të predispozojnë individët për rezultate të pafavorshme nëse ata infektohen me COVID-19. Shoqëri të ndryshme shkencore dhe profesionale kanë deklaruar se pacientët duhet të vazhdojnë trajtimin me ACEi dhe ARB përveç nëse këshillohen në mënyrë specifike të ndërpresin nga ekipi i tyre mjekësor. (British Cardiovascular Society and British Society for Heart Failure, 2020)

A është e sigurtë të përdoren medikamente anti-inflamatore jo-steroidale si ibuprofen për menaxhimin e temperaturës dhe dhimbjeve nga COVID-19?

Aktualisht nuk ka prova përfundimtare për të krijuar një lidhje të drejtpërdrejtë midis përdorimit të barnave anti-inflamatore jo-steroidale (përfshirë ibuprofen) dhe rritjes së rrezikut të infeksionit ose përkeqësimit së sëmundjes. (European Medicines Agency, 2020)

A mundet virusi të pësojë mutacion përpara se të zhvillohet ndonjë trajtim apo vaksinë specifike?

Po. Në fakt, virusi duket se tashmë ka ndryshuar, duke çuar në të paktën dy shtame të ndryshme. Analizat gjenetike të popullsisë së 103 gjenomave SARS-CoV-2 treguan se këto viruse evoluan në dy lloje kryesore (të përcaktuara si L dhe S). Edhe pse lloji L (~70%) është më i përhapur se lloji S (~30%), lloji S u konstatua se ishte versioni paraardhës. (Xiaolu Tang, 2020)

Ndërsa të dy llojet luajnë një pjesë në epideminë e tanishme, përhapja më e lartë e "tipit L" sugjeron që është më agresive. Sidoqoftë, është e rëndësishme të mbani në mend që viruset pësojnë mutacion gjatë gjithë kohës dhe që jo të gjitha mutacionet janë tregues i ashpërsisë së sëmundjes ose shkallës së transmetimit. Në fakt, dallimet midis dy llojeve të koronavirusit të ri janë aq të vogla sa studiuesit nuk e bëjnë klasifikimin e tyre si "lloje" të veçanta. Duke pasur parasysh që grupe të shumta në të gjithë botën po punojnë për një vaksinë, të dish numrin e saktë të llojeve të virusit është thelbësore sepse, për të qenë efektiv, vaksina eventuale do të duhet të synojë tipare të pranishme në të gjitha llojet e njohura. Për fat të mirë, shumë nga ndryshimet gjenetike të identifikuara nuk kanë gjasa të ndikojnë në prodhimin e proteinave, do të thotë se nuk duhet të ketë ndryshime të rëndësishme në mënyrën se si funksionon virusi ose simptomat që shkakton. (Technology.org, 2020)

A munden multivitaminat dhe përforcuesit e sistemit imunitar të ndihmojnë individët nga virusi?

Nuk ka asnjë provë se ndonjë prej këtyre strategjive do të mbingarkojë imunitetin. Ndërsa është e vërtetë që fiziologjia jonë kërkon që vitaminat dhe mineralet (të tilla si vitaminat A, C dhe zinku) të funksionojnë normalisht, doza më të larta nuk janë treguar që e bëjnë sistemin të funksionojë më mirë.

Çdo pjesë e trupit, përfshirë sistemin imunitar, funksionon më mirë kur mbrohet nga sulmet mjedisore dhe forcohet nga strategjitë e jetesës së shëndetshme, si në vijim:

- Mos pirja e duhanit;
- Një dietë e pasur me perime dhe fruta;
- Të ushtruarit rregullisht;
- Mbajtja e një peshe konstante dhe të shëndetshme;
- Shmangja e konsumimit të pijeve alkoolike, ose konsumimi i tyre në mënyrë të moderuar;
- Te flesh mjaftueshëm;
- Të ndërmarrësh hapat e duhur për të shmangur virusin, si psh larja e duarve dhe gatimi i mirë i mishit;
- Duke u përpjekur ta minimizoni stresin. (Harvard Medical School, 2014)

A mund të infektohen persëri njerëzit që shërohen nga COVID-19?

Reagimi imunitar ndaj COVID-19 nuk është kuptuar akoma. Pacientët me infeksion MERS-CoV nuk ka të ngjarë të ri-infektohen menjëherë pasi të shërohen, por ende nuk dihet nëse një mbrojtje imune e ngjashme do të vëzhgohet për pacientët me COVID-19. (Centers for Disease Control and Prevention, 2020)

A do të zhduket vetë COVID-19 gjatë periudhës së rritjes së temperaturave?

Për koronavirusin e ri SARS-CoV-2, ka arsye të mendojmë që, ashtu si betacoronaviruset e tjera, ai mund të transmetojë disi më me efikasitet në dimër sesa në verë, megjithëse mekanizmi (at) përgjegjës janë të panjohur. Madhësia e ndryshimit pritet të jetë modeste, dhe jo e mjaftueshme për të ndaluar transmetimin totalisht. Bazuar në analogjinë e gripit pandemik, pritet që SARS-CoV-2, si një virus i ri për njerëzit, të përballlet me më pak imunitet dhe kështu të transmetojë më lehtë edhe jashtë sezonit të dimrit. Ndryshimi i sezoneve dhe pushimet në shkollë mund të ndihmojnë, por nuk ka të ngjarë të ndalojnë transmetimin. Urgjente është që të përcaktoni nëse fëmijët janë transmetues të rëndësishëm, në këtë rast mbyllja e shkollës mund të ndihmojë në ngadalësimin e transmetimit, nëse jo, në këtë rast burimet do të harxhoheshin në mbyllje të tilla. (Lipsitch, 2020)

A është e sigurtë të marrësh pako apo letra nga vënde ku raportohet që ka COVID-19?

Po. Mundësia që një person i infektuar të kontaminojë mallra tregtare është e ulët dhe rreziku i infektimit me virusin që shkakton COVID-19 nga një paketë që është zhvendosur, ka udhëtuar dhe është ekspozuar ndaj kushteve të ndryshme dhe temperatura është gjithashtu e ulët. (World Health Organization, 2020)

A mund të transmetohet COVID-19 nëpërmjet mushkonjave?

Jo. COVID-19 është një virus respirator i cili përhapet kryesisht përmes spërklave të krijuara kur një person i infektuar i cili kollitet ose teshtin, ose përmes spërklave të pështymës ose sekrecioneve nga hunda. Deri më tani nuk ka asnjë dëshmi se ajo mund të transmetohet nga mushkonjat. (World Health Organization, 2020)

A janë efektive maskat për të më mbrojtur nga virusi?

Veshja e një maskë mjekësore është një nga masat parandaluese për të kufizuar përhapjen e disa sëmundjeve respiratore, përfshirë COVID-19. Sidoqoftë, përdorimi i vetëm një maskë është i pamjaftueshëm për të siguruar nivelin e duhur të mbrojtjes dhe duhet të merren masa të tjera po aq të rëndësishme, duke përfshirë procesin e higjienizimit të duarve dhe masat e tjera të kontrollit dhe parandalimit të infeksionit. (World Health Organization, 2020)

A është masë efektive përdorimi i dorezave të gomës në publik për të parandaluar infektimin nga COVID-19?

Jo. Larja e duarve tuaja ofron më shumë mbrojtje kundër infeksionit me COVID-19 sesa veshja e dorezave të gomës. Mund të kontaminoheni me COVID-19 dhe me doreza gome. Nëse më pas prekni fytyrën (gojën, hundën ose sytë), ndotja mund t'ju infektojë. (World Health Organization, 2020).

Përse disa persona të infektuar dalin negativ në testin për COVID-19?

Për shkak se disa komplete nuk janë aq të sakta sa të tjerët, dhe sepse në varësi të sa kohë dhe sa njerëz janë të infektuar me COVID-19, teknikat diagnostikuese, të gjitha bazohen në reagimin e zinxhirit polimerazë (PCR) ose reagimin e zinxhirit të polimerazës së transkriptimit të kundërt (RT-PCR) shënjestrimi i pjesëve të ndryshme të gjenomit viral, nuk janë ekuivalente.

Unë kam qënë së fundmi në një zone të infektuar dhe kam diarre. A kam COVID-19?

Simptomat më të zakonshme të COVID-19 janë ethe, kollë dhe mungesë frymëmarrjeje. Sëmundja mund të shfaqet vetëm me simptoma të tjera të lehta, duke përfshirë: ethe të shkallës së ulët, kollë, rinorre, dhimbje të fytyrës pa shenja paralajmëruese, të tilla si mungesë frymëmarrjeje ose vështirësi në frymëmarrje, rritje të sekrecioneve të frymëmarrjes (p.sh. sputum ose hemoptizë), simptoma gastrointestinale të tilla si nauze, të vjella dhe / ose diarre dhe pa ndryshime në gjendjen mendore (d.m.th konfuzion, letargji). Sidoqoftë, nëse ekziston vetëm diarre, pa ndonjë simptomë respiratore nuk ka gjasa të jetë COVID-19.

A munden kafshët shtëpiake të përhapin COVID-19?

Aktualisht, nuk ka asnjë provë që kafshët / kafshët shtëpiake të tilla si qen ose mace mund të infektohen me COVID-19. Sidoqoftë, është gjithmonë një ide e mirë të lani duart me sapun dhe ujë pas kontaktit me kafshët shtëpiake. Kjo ju mbron kundër baktereve të ndryshme të zakonshme si E coli dhe salmonelës që mund të kalojnë midis kafshëve shtëpiake dhe njerëzve. (World Health Organization, 2020)

Unë kam udhëtuar së fundmi në një nga vëndet me numrin më të lartë të të infektuarëve. Çfarë duhet të bëj?

Rreziku i ekspozimit ndaj COVID-19 besohet të jetë më i lartë për ata njerëz që kanë udhëtuar në vende ose rajone me një numër të lartë të rasteve të konfirmuara të COVID-19.

Nëse keni udhëtuar në ndonjë prej këtyre vendeve në 14 ditët në vijim duhet të monitoroni për simptoma, të praktikoni distancimin social - shmangni turmat dhe tubimet e vogla në hapësira të mbyllura dhe mbani një distancë prej 1-2 metrash mes vetes dhe të tjerëve kur jeni jashtë.

Nëse shfaqni simptoma, duhet të izoloheni menjëherë dhe të kërkonti kujdes mjekësor. Ju duhet të telefononi mjekun ose departamentin tuaj të urgjencës lokale. Tregoni personit kur telefononi atje ku keni qenë. Është e rëndësishme që nëse keni simptoma nuk duhet të shkoni në punë, shkollë, universitet, institucione të kujdesit për fëmijë, palestra ose zona publike, dhe nuk duhet të përdorni transportin publik, taksitë ose shërbimet e ndarjes së udhëtimeve. Nëse keni nevojë për të kërkuar kujdes mjekësor, vishni një maskë kirurgjikale nëse është e mundur kur merrni pjesë.

Sa efektivë janë skanuesit termal për të zbuluar njerëzit e infektuar me COVID-19?

Skanuesit termal janë efektivë në zbulimin e njerëzve që kanë temperaturë (d.m.th. kanë një temperaturë më të lartë se normalja e trupit) për shkak të infeksionit me koronavirusin e ri. Sidoqoftë, ata nuk mund të zbulojnë njerëz që janë të infektuar, por ende nuk janë të sëmurë me temperature të lartë. Kjo ndodh sepse zgjat nga 2 deri në 10 ditë para se personat që infektohen të kenë temperaturë të lartë. (World Health Organization, 2020)

Rrëzimi i miteve

COVID-19 infekton vetëm njerëzit e moshuar dhe ata me komorbiditete

Njerëzit e të gjitha moshave mund të infektohen me SARS-CoV-2 dhe të zhvillojnë COVID-19. Njerëzit e moshuar dhe njerëzit me komorbiditete (të tilla si astma, diabeti, sëmundjet e zemrës) duket se janë më të prekshëm për t'u sëmurë rëndë nga virusi. OBSH këshillon njerëzit e të gjitha moshave të ndërmarrin hapa për të mbrojtur veten nga virusi, për shembull duke ndjekur procesin e higjenizimit të duarve dhe higjenën e frymëmarrjes. (World Health Organization, 2020)

Kontakti me njerëzit e vëndeve të infektuara duhet të shmanget deri sa të mësohet më shumë për sëmundjen

Kontakti i ngushtë me çdo person që ka qenë në kontakt me raste të konfirmuara të COVID-19 duhet të shmanget në 14 ditët në vijim, pavarësisht nga kombësia e tyre.

Virusi u zhvillua në laborator

Shkencëtarët nga vendet e shumta kanë botuar dhe analizuar gjenomat e agjentit shkaktar, sindromën e rëndë respiratore akute koronavirus 2 (SARS-CoV-2), dhe ata të gjithë dalin në përfundimin se ky koronavirus e ka origjinën në jetën e egër, ashtu si shumë patogjenë të tjerë që shfaqen. Teoritë e konspiracionit nuk bëjnë asgjë tjetër përveç krijimit të frikës, thashethemeve dhe paragjytimeve që rrezikojnë bashkëpunimin global në luftën kundër këtij virusi. (Charles Calisher, 2020)

Konkretisht, studimet gjenomike sugjerojnë fuqimisht se koronavirusi i ri që shkakton COVID-19 e ka origjinën të lakuriqi, pa asnjë provë konkrete që mbështesin idenë se ajo ishte krijuar në një laborator. (Gregory, 2020) (Begley, 2020) (Shan-Lu Liu, 2020)

Ngrënia e hudhrave parandalon infektimin me COVID-19

Hudhra është një ushqim i shëndetshëm që mund të ketë disa veti antimikrobike. Sidoqoftë, nuk ka asnjë provë nga pandemia e tanishme se ngrënia e hudhrës ka mbrojtur njerëzit nga COVID-19.

Tymi e gazi i fishekzjarreve dhe kapsollave parandalon infektimin me COVID-19

Jo. Frymëmarrja në tym dhe gaz të një fishekzjarreje ose kapsolleje është e rrezikshme dhe nuk e vret COVID-19.

Spërkatja e alkoolit dhe klorit në trup mund të vrasë koronavirusin

Jo. Spërkatja e alkoolit ose klorit në të gjithë trupin tuaj nuk do të shkatërrojë viruse që kanë hyrë tashmë në trupin tuaj. Spërkatja e substancave të tilla mund të jetë e dëmshme për rrobat ose mukozën (d.m.th., sytë, gojën). Jini të vetëdijshëm që si alkooli ashtu edhe klori mund të jenë të dobishëm për të dezinfektuar sipërfaqet, por ato duhet të përdoren nën rekomandimet e duhura. (World Health Organization, 2020)

Të aplikosh vaj susami bllokon COVID-19 të futet në organizëm

Jo. Vaji i susamit nuk e vret SARS-CoV-2. Ekzistojnë disa dezinfektues kimikë që mund të vrasin SARS-CoV-2 në sipërfaqe. Këto përfshijnë dezinfektues me bazë zbardhues / klor, tretës eterik, etanol 75%, acid periferik dhe kloroform. Sidoqoftë, ato kanë pak ose aspak ndikim në virus nëse i vendosni në lëkurë ose nën hundën tuaj. Mund edhe të jetë e rrezikshme.

Pirja e infuzionit të farave të anasonit mund të parandalojë infektimin me COVID-19

Infuzion i farave të anasonit është një pije që mund të ketë disa veti hidratuese. Sidoqoftë, nuk ka asnjë provë nga shpërthimi i tanishëm që pirja e infuzionit të farave të anasonit të ketë mbrojtur njerëzit nga COVID-19.

Bibliografia

Academy of Breastfeeding Medicine. (2020, March 10). *ABM Statement on Coronavirus 2019 (COVID-19)*. Retrieved from <https://www.bfmed.org/abm-statement-coronavirus>

Begley, S. (2020, January 24). DNA sleuths read the coronavirus genome, tracing its origins and looking for dangerous mutations. *Stat News*. Retrieved from <https://www.statnews.com/2020/01/24/dna-sleuths-read-coronavirus-genome-tracing-origins-and-mutations/>

British Cardiovascular Society and British Society for Heart Failure. (2020, March 16). *Treatment of patients with ACEi or ARB in relation to COVID-19*. Retrieved from https://www.britishcardiosocietysociety.org/news/ACEi-or-ARB-and-COVID-19#.Xm_GR8MqGdQ.whatsapp

Centers for Disease Control and Prevention. (2020, March 12). *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) - Frequently Asked Questions and Answers*. Retrieved from <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html>

Centers for Disease Control and Prevention. (2020, February 21). *Healthcare Professionals: Frequently Asked Questions and Answers*. Retrieved from <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/faq.html>

Charles Calisher, D. C. (2020, February 19). Statement in support of the scientists, public health professionals, and medical professionals of China combatting COVID-19. *The Lancet*, 395(10226), PE42-E43 . doi:[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30418-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30418-9)

Chinese Pharmaceutical Association. (2020). *Coronavirus SARS-CoV-2 Infection: Expert Consensus on Guidance and Prevention Strategies for Hospital Pharmacists and the Pharmacy Workforce (2nd Edition)*. Beijing: Chinese Pharmaceutical Association.

European Medicines Agency. (2020, March 18). *EMA gives advice on the use of non-steroidal antiinflammatories for COVID-19 (press release)*. Retrieved from <https://www.ema.europa.eu/en/news/ema-gives-advice-use-non-steroidal-anti-inflammatories-covid-19>

Gregory, J. (2020, February 28). The coronavirus 'infodemic' is real. We rated the websites responsible for it. *Stat News*. Retrieved from <https://www.statnews.com/2020/02/28/websites-spreading-coronavirus-misinformation-infodemic/>

Harvard Medical School. (2014). *How to boost your immune system*. Retrieved from <https://www.health.harvard.edu/staying-healthy/how-to-boost-your-immune-system>

Lipsitch, M. (2020). *Seasonality of SARS-CoV-2: Will COVID-19 go away on its own in warmer weather?* (H. T. Health, Ed.) Retrieved from Center for Communicable Disease Dynamics: <https://ccdd.hsph.harvard.edu/will-covid-19-go-away-on-its-own-in-warmer-weather/>

McIntosh, K. (2020, March 13). Retrieved from UpToDate Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Transmission: <https://www.uptodate.com/contents/coronavirus-disease-2019-covid-19>

McIntosh, K. (2020, March 13). *Coronavirus disease 2019 (COVID-19) - Special situation: Pregnant women*. (M. S. Hirsch, Editor) Retrieved from UpToDate: https://www.uptodate.com/contents/coronavirus-disease-2019-covid-19?search=covid%2019&source=search_result&selectedTitle=1~18&usage_type=default&display_rank=1#H2133052422

Neeltje van Doremalen, D. H.-S. (2020, March 17). Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1. *New England Journal of Medicine*. Retrieved from <https://www.nejm.org/doi/10.1056/NEJMc2004973>

Royal Pharmaceutical Society. (2020, January). *Wuhan novel coronavirus - Five key facts for pharmacy teams*. Retrieved from <https://www.rpharms.com/resources/pharmacy-guides/wuhan-novel-coronavirus>

Shan-Lu Liu, L. J. (2020). No credible evidence supporting claims of the laboratory engineering of SARS-CoV-2. *Emerging Microbes & Infections*, 9(1), 505-507. doi:10.1080/22221751.2020.1733440

Technology.org. (2020, March 9). *The Coronavirus has already Mutated into Two Different Types, Researchers Find*. Retrieved March 13, 2020, from <https://www.technology.org/2020/03/09/the-coronavirus-has-already-mutated-into-two-different-types->

researchers-find/

World Health Organization. (2010, April). *Guide to Local Production: WHO-recommended Handrub Formulations*. Retrieved from https://www.who.int/gpsc/5may/Guide_to_Local_Production.pdf

World Health Organization. (2020, January 28). *Advice on the use of masks in the community, during home care and in health care settings in the context of the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak*. Retrieved from [https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-the-community-during-home-care-and-in-health-care-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)-outbreak](https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-the-community-during-home-care-and-in-health-care-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-(2019-ncov)-outbreak)

World Health Organization. (2020, March). *Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public*. Retrieved from <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

World Health Organization. (2020, March). *Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public: Myth busters*. Retrieved from <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>

Xiaolu Tang, C. W. (2020, March 3). On the origin and continuing evolution of SARS-CoV-2. *National Science Review*. doi:<https://doi.org/10.1093/nsr/nwaa036>

Vlefshmëria

Ky dokument fillimisht u përgatit në bazë të provave ekzistuese që nga 5 shkurt 2020. Ai u përditësua në lidhje me nomenklaturën e virusit dhe sëmundjes më 12 shkurt 2020, dhe u azhurnua përsëri në 26 Mars 2020 sipas provave të reja në dispozicion.

Mohim

Ky dokument bazohet në provat në dispozicion dhe rekomandimet e organizatave me reputacion si Organizata Botërore e Shëndetit, Shtetet e Bashkuara dhe Qendrat Evropiane për Kontrollin dhe Parandalimin e Sëmundjeve, dhe të tjerët, të cituara në kohën e botimit. Njohuritë e disponueshme për COVID-19 po ndryshojnë me shpejtësi dhe rekomandimet e tilla mund të ndryshojnë në përputhje me rrethanat. Edhe pse FIP do të përpiqet t'i mbajë këto udhëzime të azhurnuara, ne ju rekomandojmë të këshilloheni me uebfaqet e këtyre organizatave dhe çdo dëshmi të re të disponueshme për azhurnimet më të fundit.

Mirënjohje

FIP i shpreh mirënjohjen grupit të taskforcës që përpiluan këtë dokument:

Kryetari: **Jane Dawson**, FPS – Seksioni i Farmacisë Ushtarake dhe të Emergjencës së FIP, Zelanda e Re

Marwan Akel, Universiteti Ndërkombëtar Liban, Liban

Julien Fonsart, Presidenti i Seksionit të Biologjisë Klinike të FIP, Francë

Scarlett Pong, Shoqata Farmaceutke e Hong Kong-ut

Eduardo Savio, Shoqata Uruguiane e Kimisë dhe Farmacisë, Uruguai

Lars-Åke Söderlund, Presidenti i Seksionit të Farmacive të Rrjetit të Hapur, Suedi

Gonçalo Sousa Pinto, Udhëheqësi i FIP për Zhvillimin e Praktikës dhe Transformimin

Jacqueline Surugue, Zëvendës President i FIP, Farmacist Spitalor, Francë

Zhao Rongsheng, Spitali i Tretë i Universitetit të Pekinit, Departamenti i Farmacisë; Nënkryetari i Komitetit të Farmacive Spitalore të Shoqatës Kineze Farmaceutike; Nënkryetari i Komitetit të Farmacive të bazuara në Evidenca pjesë e Shoqatës Kineze Farmaceutike, Kinë



International Pharmaceutical Federation (FIP)

Andries Bickerweg 5

2517 JP The Hague

The Netherlands

Tel.: +31-70-3021970

Fax: +31-70-3021999

Email: fip@fip.org

www.fip.org/coronavirus

E përditësuar më 26 Mars 2020



Ky dokument është përkthyer nga anglishtja nga Orion JUCJA, Urdhri i Farmacistëve të Shqipërisë. Në rast të ndonjë divergjence midis dy teksteve, dokumenti origjinal i Federatës Ndërkombëtare Farmaceutike në anglisht prevalon. E drejta e autorit mbetet ajo e Federatës Ndërkombëtare Farmaceutike.