



Lo que usted como paciente con Anemia Falciforme o como Médico necesita saber acerca de SARS-Cov-2 y COVID-19...

COVID-19 esta hoy en día en boca de todos. Las noticias son muy variables. Es muy importante que te informes continuamente. Porfavor no subestimes esta Situación.

Hasta ahora no tenemos informaciones, si las personas con Anemia Falciforme tienen un alto riesgo de infección y/o una evolucion de la enfermedad mas complicada, pero creemos que esta infección podría coadyuvar a desarrollar un síndrome torácico agudo (STA) o dejar el cuerpo susceptible a las infecciones producidas por neumococos (como lo hace la “verdadera” Gripe). Por esta razón lo mejor es evitar la infección.

Cuál es la diferencia entre SARS-CoV-2 y COVID-19?

SARS-CoV-2 es el „nuevo Coronavirus”. COVID-19 es la enfermedad que se origina en más o menos la mitad de las personas que se infectan con SARS-CoV-2.

Qué puedo hacer para no contagiarme?

- Quédate lo más que puedas en casa. Deja tu hogar solo si es verdaderamente necesario (por ejemplo para hacer las compras).
- Lávate seguido las manos con agua y jabón. El uso de desinfectantes no es indispensable.
- Cuando estés fuera de casa, trata de no tocarte seguido la cara, la boca, la nariz o los ojos.
- Si te sientes enfermo comunícate primero por teléfono con tu hematólogo.
- Evita el contacto con personas que estén enfermas, sobre todo con personas que tosen o estornudan.
- Evita dar la mano y abrazos cuando saludes a otras personas.
- Tose o estornuda cubriéndote con tu codo y lávate después las manos.

Cómo me puedo preparar para las siguientes semanas?

- Controla si tienes suficientes medicamentos. Si necesitas medicamentos, pide a tu médico que te envíe una receta. Si es posible utiliza una farmacia online con opción de envíos.
- Pregunta a tu médico si estaría bien tener otros medicamentos en casa, como por ejemplo Antibióticos. Tienes todas las vacunas? (sobretudo contra la Gripe y contra neumococos?)
- Consíguete un termómetro.
- Toma sin falta todos tus medicamentos de la Anemia Falciforme. Éste es el mejor camino para evitar las complicaciones de la enfermedad.



GPOH-KONSORTIUM SICHELZELLKRANKHEIT

- Trata de tener alimentos suficientes, en caso de que por algún motivo no puedas salir de casa.
- Mantén el contacto con amigos y conocidos solo por teléfono, por WhatsApp, Email o por alguna otra vía. Si vives solo, tienes que tener planeado a quién podrías llamar en caso de que necesites ayuda, por ejemplo durante una crisis dolorosa aguda. Tienes a alguien que podría hacer tus compras en caso de emergencia?
- Organiza con anticipación quien podría cuidar a tus hijos o a tus mascotas, en caso que tengas que ir al Hospital. No olvides que las personas de la tercera edad son las más afectadas por el Corona-Virus y por lo tanto no serían los mas adecuados para cuidar de tus hijos.
- Habla con tu jefe si es posible que tú hagas Home Office. Tu médico puede firmarte un atestado, donde certifica que perteneces al grupo de riesgo.

Como sé si me he infectado con el Coronavirus?

COVID-19 no tiene síntomas específicos para poder identificarlo sin hacer una prueba. No te olvides además, que hay otras infecciones de las vías respiratorias que pueden ser peligrosas para tí.

Un médico es el que decide si la prueba para el Coronavirus es necesaria o no. Esto no significa que vayas directo al consultorio o al hospital, sino que tiene que llamar antes. Posiblemente se puede decidir por teléfono si necesitas la prueba. En algunas ciudades es incluso una obligación llamar y dejarse orientar antes de la prueba o la visita al médico.

Persona con la enfermedad COVID-19 presentan los siguientes síntomas, los cuales lógicamente también se pueden presentar en otras enfermedades:

- Fiebre
- Tos seca
- Falta de aire

Si tienes estos síntomas, llama tu médico!

El número 112 es para emergencias. Márcalo solo si realmente te sientes mal, por ejemplo si tienes

- Falta de aire
- Dolor fuerte en el pecho
- Cansancio agudo, somnolencia o confusión mental
- Coloración azul/violeta en los labios o cara

Informa siempre rápidamente que padeces de Anemia Falciforme. Lleva siempre contigo tu identificación de emergencia.



Qué debo hacer si tengo fiebre?

Normalmente siempre debes presentarte al médico si tienes fiebre. En la situación actual, debes primero llamar a tu doctor y seguir sus instrucciones. El que tengas fiebre, no significa automáticamente que tengas COVID-19.

Puedo hacer algo para mantenerme saludable?

- Toma tus medicamentos regularmente
- Toma mucho líquido
- Tómate los descansos necesarios

Yo recibo periódicamente transfusiones de sangre. Qué hago ahora?

Conversa por favor esto con su médico. Puede ser que debido a la crisis del Coronavirus, las rutinas en tu Hospital estén variando un poco. De alguna manera todos los tratamientos se deben seguir cumpliendo. Hasta ahora no existe ningún indicio, que el Coronavirus se transmita por vía sanguínea.

Actualmente no tengo un médico de cabecera que se encargue de mí. Qué hago?

Por favor en éste caso póngase en contacto con el GPOH-Konsortium Sichelzellkrankheit escribiendo un correo a sichelzelle@gk.de. Nosotros vamos a proporcionarle un médico. También puede encontrar nombres, correos electrónicos y números de teléfono en la página web <http://www.sichelzellkrankheit.info>

Debo ir inmediatamente a emergencias del Hospital si me siento enfermo?

No, primero debes intentar localizar a tu médico por teléfono. Piensa que cada visita al médico, está ligada al riesgo de contagiarse con el Coronavirus o alguna otra infección en la sala de espera o por personal. Además el tiempo de espera sobre todo al aire libre, en una carpa o en el auto, pueden coadyuvar al desencadenamiento de una crisis drepanocítica.

En caso de que te sientas mal y no logres contactar a nadie por teléfono, debes acudir a la emergencia del Hospital mas próximo.



Que hago en caso de que tenga un crisis dolorosa aguda?

Habla por teléfono con tu médico y si el está de acuerdo intenta manejar la situación desde tu casa. Para esto es necesario que tengas suficiente medicamentos. Porfavor inténtalo solamente mientras te sientas estable. Las crisis dolorosas agudas, son normalmente parecidas. Si sientes un dolor que no has tenido antes, informa tu médico sobre esto. Mide tu temperatura antes de llamar, para que sepas que responder a tu médico cuando el pregunte si tienes fiebre.

Puedo viajar actualmente?

Dejando de lado que en la crisis del Coronavirus, existen muchas restricciones para salir y viajar, deberías viajar solo si no lo puedes evitar. Lo más seguro por ahora es quedarse en casa.

Hay casos de COVID-19 en personas con Anemia Falciforme?

Si, tenemos conocimiento de los primeros pacientes, afortunadamente no hay casos con complicaciones difíciles y tampoco casos de muertes. Esta situación puede cambiar en cualquier momento, por eso es mejor que tomes las precauciones necesarias. Nosotros actualizaremos constantemente la información acerca COVID-19 y las consecuencias para la Anemia Falciforme en la página web. <http://www.sichelzellkrankheit.info>

Yo soy parte de un estudio de un nuevo medicamento. Qué hago?

Estamos muy contentos de que apoyes a la investigación. Muchas gracias por esto! Te pedimos porfavor que te pongas en contacto con tu médico. El te informará como se desarrollará el estudio de aquí en adelante.

Me siento muy bien. Puedo ayudar de alguna manera?

Infórmate entre sus amigos y conocidos si es que alguien necesita tu ayuda. Contáctate sobretodo con personas que tienen Anemia Falciforme, los cuales talvez no se sienten tan bien como tú. Incentiva a las personas a que donen Sangre. Es muy importante que durante la crisis no haya falta de conservas de Sangre.