

Довгострокові симптоми коронавірусної інфекції COVID-19

EBM Guidelines (Клінічні настанови на засадах доказової медицини)

12.10.2021

Гелена Лііра (Helena Liira)

Основні положення

- Щонайменше в одного з трьох пацієнтів з COVID-19 окремі симптоми спостерігатимуться довше 3 місяців.
- Довгострокові симптоми можуть негативно вплинути на здатність цих осіб працювати чи навчатися та викликати труднощі у виконанні повсякденних справ.
- Через три місяці від початку хвороби 1–5% пацієнтів мають симптоми, які значною мірою впливають на їхню функціональну спроможність.
- Для лікування вкрай важливо, щоб пацієнтів було почуто, симптоми підтверджено, інформацію поширено; важливим є також симптоматичне лікування і, наскільки це можливо, надання багатопрофільної допомоги в реабілітації.

Епідеміологія

- Збереження симптомів протягом тривалого часу після хвороби є характерною ознакою вірусних інфекцій. Раніше епідемії SARS та MERS, спричинені коронавірусами, викликали довгострокові симптоми приблизно у кожного третього пацієнта.
- Розлади вегетативної нервової системи є типовими для поствірусних синдромів. Вони можуть призводити, наприклад, до постуральної тахікардії (синдром постуральної ортостатичної тахікардії або POTS), як при синдромі хронічної втоми (міалгічного енцефаломієліту) (ME/CFS)).
- Довгострокові симптоми, спричинені коронавірусом, спостерігаються в усіх вікових групах, а також у осіб, в яких були лише легкі симптоми захворювання.
- Відомо, що вірус SARS-COVID-19 здатний викликати пошкодження тканин і органів, зокрема ендотеліальну дисфункцію та тромбоз. Механізм розвитку довгострокових симптомів все ще неясний, але він може бути пов'язаний, окрім пошкодження органів, з компонентами хронічного запалення, аутоімунними реакціями та іншими імунологічними порушеннями.
- Найбільше від негативних наслідків коронавірусної інфекції постраждало населення з груп ризику. Довгострокові симптоми часто є найважчими у тих, хто мав серйозні проблеми зі здоров'ям ще до захворювання на COVID-19.

Симптоми

- Найпоширенішим залишковим симптомом є втома, що є не просто стомлюваністю, а й браком енергії, нездатністю впоратися зі звичайними справами, некомфортним станом, який здебільшого не полегшується після відпочинку. Другим за поширеністю симптомом є когнітивна дисфункція, проблеми з пам'яттю та з концентрацією уваги, які пацієнти описують як «кашу в голові».
- Окрім того, у пацієнтів можуть виникати неприємні відчуття у грудях, задишка, головний біль, біль у м'язах та інший хронічний біль, запаморочення і нерегулярне серцебиття (пальпітація).
- Також були описані численні випадки інших симптомів з боку серцево-судинної, дихальної, нервової систем, органів черевної порожнини, шкіри, порушення нюху та зору. Симптоми зазвичай виникають з боку кількох систем органів.
- Окрім того, були описані психічні розлади, зокрема тривожність. Соціально-економічні наслідки COVID-19 можуть посилювати симптоми тривожності.
- Симптоми здебільшого мінливі, рецидиви є частими.
- Фізичне та розумове навантаження, стрес, брак сну є чинниками, які посилюють симптоми.

Діагностика

- Єдині діагностичні критерії довгострокових симптомів поки відсутні. Термін «пост-COVID-синдром» використовується у разі симптомів, які тривають більш ніж 4 тижні, а довгострокові симптоми COVID або «тривалий COVID» - у разі симптомів, що тривають понад 3 місяці.
 - Використовуються такі коди МКХ-10:

- U08.9 Персональний анамнез COVID-19, неспецифічний
- U09.9 Стан після COVID-19, неспецифічний
- Багато пацієнтів з тривалим Covid спочатку не тестувались на коронавірус, але це не повинно бути перешкодою для лікування довгострокових симптомів і реабілітації.
- Діагноз встановлюється на основі симптомів та виключення інших захворювань.
- Як і у випадку синдрому хронічної втоми, після ретельного вивчення стану, за потреби, можна провести такі лабораторні дослідження як: ШОЕ, СРБ, загальний аналіз крові з визначенням кількості тромбоцитів, К, Na, креатинін, креатинкіназа (КК), ТТГ, вільний Т4, Са, глюкоза плазми крові натще, HbA1c; B12, зв'язаний з транскобаламіном ІІ, феритин, вітамін D-25, лужна фосфатаза, аланінамінотрансфераза, кортизол, антинуклеарні антитіла, альбумін і преальбумін, ЕКГ.

Лікування та реабілітація

- Незважаючи на те, що це новий синдром, що вивчений недостатньо, до симптомів потрібно ставитися серйозно, вислухати пацієнта, та оцінити загальну ситуацію.
- Дані інших поствірусних синдромів свідчать про послаблення інтенсивності симптомів через кілька місяців у більшості пацієнтів.
- Незважаючи на те, що механізми перебігу хвороби досі вивчені недостатньо, вони мають оборотний характер. Пацієнтам потрібні позитивні сигнали та надія.
- Можна спробувати використовувати симптоматичну терапію, наприклад, лікувати пальпітації бета-блокаторами.
- Необхідно боротися з причинами стресу, оскільки він посилює симптоми. Частині пацієнтів можуть принести полегшення засоби, які заспокоюють вегетативну нервову систему, - практики усвідомленості і медитація.
- Для пацієнтів, які страждають від довготривалих симптомів коронавірусної інфекції, також може бути хорошим рішенням онлайн психотерапія, спрямована на подолання довгострокових небезпечних соматичних симптомів.
- Оскільки постковідний синдром має мультифакторний характер, корисним є мультипрофільний підхід. Фізioterапевт може навчати фізичних вправ, фахівець з психічного здоров'я – допомагати в подоланні ментальних проблем. Пацієнт може потребувати переходу на деякий час на працю в режимі неповного робочого дня. Також їм часто може знадобитися допомога соціальних служб для подання заявки на страхові виплати.

Джерела інформації

1. Nalbandian A, Sehgal K, Gupta A et al. Post-acute COVID-19 syndrome. Nat Med 2021;27(4):601-615. [PubMed](#)
2. Alwan NA. The road to addressing Long Covid. Science 2021;373(6554):491-493. [PubMed](#)
3. O'Sullivan O. Long-term sequelae following previous coronavirus epidemics. Clin Med (Lond) 2021;21(1):e68-e70. [PubMed](#)
4. Nehme M, Braillard O, Chappuis F et al. Prevalence of Symptoms More Than Seven Months After Diagnosis of Symptomatic COVID-19 in an Outpatient Setting. Ann Intern Med 2021;(): [PubMed](#)
5. Ayoubkhani D, Khunti K, Nafilyan V et al. Post-covid syndrome in individuals admitted to hospital with covid-19: retrospective cohort study. BMJ 2021;372():n693. [PubMed](#)

Нова стаття

Ідентифікатор статті: ebm01188 (001.058)

© 2021 Duodecim Publishing Company Ltd

Переклад Ольги Гик, у вичитці допомагали: Ганна-Христина Кудла, Оксана Троян, Тетяна Павлішевська, Христина Строїч, Вікторія Вус, Володимир Рудий.