

## CORONA SALGINI SIRASINDA MİYASTENİA GRAVİS HASTALARINA ÖNERİLER

Sevgili miyastenia gravis'li hastalarımız,

Corona virüs (COVID-19) pandemisinin sizi doğal olarak çok endişelendirdiğini biliyorum. Bana gelen mesajlardan hareket ederek merak ettiğiniz soruları yanıtlamaya çalışacağım.

Öncelikle, immunolojik bir hastalık olan miyastenia gravis'teki bağışıklık bozukluğu sadece tek bir proteine (asetilkolin reseptör antijenine, MuSK antijenine ya da henüz saptanamamış bir antijene) karşı oluşan antikorlar nedeniyle ortaya çıkar. Yani, vücudun bağışıklığı genel olarak düşük değildir.

Ancak, miyastenik hastaları riskli gruba sokan ciddi sorunlar vardır. Bunları gözden geçirelim:

Miyastenik hastalarda gribal enfeksiyonlar daha ağır geçebilir, akciğerler daha çabuk etkilenir ve miyastenik belirtiler artabilir. Aranızda bir grip sonrası hastalığın başladığı ya da grip sırasında miyasteninin ağırlaştığı hastalar mutlaka vardır. Biliyorsunuz, sizlere daima grip olan hastalardan uzak durmanızı ve geç kalmadan hekimlere başvurmanızı öneriyoruz. Corona virüsünün oluşturduğu hastalık diğer virüslerle ortaya çıkan gripal enfeksiyonlardan daha ağır olmamakla birlikte çok bulaşıcı olması ve çabuk yayılması ile farklılık gösteriyor. Bu durumda evden çıkmamaya, ev halkı dışında kimseyle görüşmemeye, evde grip belirtileri gösteren varsa onlarla aynı ortamda bulunmamaya, yani olabildiğince izole bir halde yaşamaya herkesten çok özen göstermeniz gerekiyor.

Kortizon (prednizolon-Deltacortril, deflazakort-Flantadin), azatioprin (İmuran), mikofenolat mofetil (CellCept) ve metotreksat gibi immunosüpresif ilaçları kullanmakta olan birçokunuz ne yapmak gerektiğini bilmiyor ve gereğinden fazla ürküyor. Bu ilaçlar gerçekten bağışıklığı bir miktar baskılar. Ama bunları kullananlar kendini iyi koruduğunda sanıldığı kadar çabuk ve sık hastalanmaz. Miyastenia gravis'te çok kullanılan ve immun sistemi etkilemeyen piridostigmin (Mestinon) isimli ilacın ise herhangi bir olumsuz etkisi beklenmez. Burada esas vurgulamamız gereken nokta şudur: Pandemi sırasında öncelikli amacımız miyasteninin bozulmamasıdır. Miyasteniye kontrol altında tutan ilaçları bıraktığınızı düşünelim. İlaçların bırakılmasına rağmen süregiden etkileri nedeniyle kendinizi bir süre iyi hissedebilirsiniz. Ancak, çoğunuzda bir süre sonra miyasteni belirtileri ortaya çıkacak veya artacaktır. Bildiğiniz gibi miyastenia gravis hastalığının hayati tehlikesi vardır, belirtiler ağırlaşırsa ancak hastanede tedavi edilebilir. Artık corona virüs şüphesi olan hastaların tüm hastanelere gidebileceğine karar verildi. Hastanelerde yer bulmanın, miyasteniyle ilgili doktorlara ulaşmanın zorlukları yanı sıra mikroplu bir ortama girmenin sakıncalarını da düşünmeniz gerekir. İlaçları bilinçsizce ve hızlı bir şekilde düşürmek de sorun yaratabilir. Çok düşük doz ilaçların bile miyasteniye kontrol altında tutabildiğini unutmamak gerekir. Hastalık alevlendiğinde ilaçların dozunu artırmak dahi söz konusu olabilir. En doğru hareket, ilaçlara aynen devam etmek ve gerektiğinde doktorlarınızla yüz yüze olamasa da bir şekilde temasa geçmek ve sorularınızı onlara yöneltmektir. Mümkün olabildiğince hastanelerden uzak durmak gerekir.

Hastanede alınması gereken ajanlardan intravenöz immunoglobulinin (İVİg) doz aralarını olabildiğince açmanız, yani seyrek olarak almanız daha doğru olur. Birçokunuzun İVİg ihtiyacı

sanıldığından daha az olabilir, belki de artık ihtiyaç kalmamıştır. Evde uygulamak mümkünse tercih edilebilir. İVİg ve rituximab (Mabthera) gibi ilaçlar konusunda mutlaka doktorunuza danışılması ve duruma göre karar verilmesi gerekir. Diğer bir konu da bazı ilaçları kullanırken yapılan kan incelemeleriyle ilgili. Bu incelemeler hastaneye gitmeyi ya da yabancılarla yakın ilişki kurmayı gerektirdiğinden mümkün olabildiğince seyrek yaptırmanızı önerebilirim. Özellikle, bir ilacı uzun süredir kullanmakta olan ve laboratuvar inceleme sonuçları oldukça iyi seyreden hastaların uzunca bir süre bunları yaptırmamaları sakıncalı olmaz.

Yine sizlerin çok iyi bildiği bir şey miyastenik hastalara bazı ilaçların dokunabildiği, hastalığın belirtilerini artırabildiği. Bu bakımdan yeni bir ilaç kullanırken dikkat etmek gerekir. Corona virüs için önerilen ilaçların bazılarının sizin kullanmamanız gereken ilaç listesinde olduğunu farketmiş olabilirsiniz. Örneğin, kinin içeren ilaçlar (hidroksiklorokin-Plaquenil) miyasteniyi alevlendirebilir. Bazılarının koruyucu olduğunu sanıp boş yere tükettiği tonikte de kinin bulunmaktadır. Şu anda bu ilaçların hiçbiri hasta olmayanlara ya da hastalığı hafif geçenerlere önerilmemektedir. Bu ilaçların hiçbirinin hastalığı kesin olarak düzelttiği de bilinmemektedir. Bu bakımdan önleyici olduğunu sanıp bu ilaçları katıyetle kullanmayın. Hastanede yatırılmayı gerektiren ağır bir grip geçirdiğinizde bu ilaçların miyastenik hastada kullanımı doktorlar tarafından değerlendirilir ve ona göre karar verilir, gerektiğinde önlem alınarak seçim yapılır. Ayrıca, bu dönemde immun sisteminizi güçlendirdiği öne sürülen ama işe yaradığı belli olmayan ilaçları kullanmayın. Size en çok iyi beslenme, iyi uyuma, hafif egzersiz (miyasteniklerin yorucu egzersiz yapması önerilmez) ve olabildiğince stresten uzak olmak yarayacaktır.

Aşılarla ilgili ne söyleyebiliriz? Tabii hepimiz COVID-19'a karşı aşığı bekliyoruz ama önümüzdeki birkaç ayda bulunma olasılığı çok düşük. COVID-19'a karşı aşı henüz çıkmamış olsa bile, bu virüsün etkisi durulunca, başka virüslerin yol açtığı enfeksiyonlardan korunmak için her yıl yapılan grip aşısını yaptırmak gerekir. Başka virüsler de çok tehlikeli olabilir, hatta bazıları COVID-19 kadar bulaşıcı olmasa da daha ağır enfeksiyonlara neden olabilir. Bundan sonra her yıl sonbaharda grip aşısı olmanız, hatta bazı bakterilerin neden olduğu zatürreeyi önleyici bir seferlik pnömoni aşısını yaptırmanız şarttır. Tabii bu salgın sırasında aşı olmanız önerilmez.

Özetlersem,

1. Evinizden katıyen çıkmayın ve önerileri dikkatle izleyip onlara uyun,
2. Miyasteni ile ilgili ilaçlarınızı azaltmayın-kesmeyin, doktorunuza danışmadan değiştirmeyin,
3. Gereksiz ek ilaç kullanmayın,
4. İyi beslenmeye ve uyumaya çalışın.

Hep birlikte zor günlerden geçiriyoruz. Alınan önlemlerle bu süreci çabuk atlatacağımızı umuyorum. Çoğu kişinin hastalığı hiç yakınmasız veya hafif olarak geçireceğini ve miyasteninin olumsuz etkilenmeyeceğini de unutmayalım. Hepinize sağlıklı günler dilerim.

Prof. Dr. Feza Deymeer