



Richtlijnen i.v.m. coronavirus en reumatische aandoeningen

Laatste update: december 2020

Hoe kunnen we ons beter beschermen tegen de verspreiding van luchtweginfecties?

In geval van luchtweginfecties verloopt de virusoverdracht via speeksel- en slijmpartikels die worden verspreid tijdens het hoesten of niezen. Wie die druppeltjes inademt of via de handen in de mond, neus of ogen binnenkrijgt, kan besmet raken met het virus. Er is geen bewijs dat de besmetting via de huid gebeurt. Infectie door contact met voorwerpen en oppervlakten kan, maar de kans is veel kleiner. Het virus overleeft gemiddeld zo'n drie uur op gladde oppervlakten en materialen (zoals deurklinken, leuning, tafels...). Op absorberend materiaal (zoals karton, papier, textiel...) kan het virus niet goed overleven. Het virus is zeer gevoelig voor uitdrogen, warmte en zonlicht. Hieronder krijgt u een beeld van partikelverspreiding wanneer iemand hoest of niest:



Een aantal tips:

- Hoest en nies bij voorkeur in een papieren zakdoek. Heeft u dit niet bij de hand, bedek dan uw mond en neus in uw elleboog.
- Was uw handen regelmatig met zeep (40-60 seconden) of ontsmet ze met ontsmettingsalcohol.
- Vermijd nauw contact met andere mensen: geef geen handen noch kussen of knuffels
- Wees aandachtig voor risicogroepen. Dit zijn personen ouder dan 65 jaar, diabetici, personen met hart-, long- of nieraandoeningen, personen met een verzwakt immuunsysteem, personen met hart- en vaatziekten ...
- Hou voldoende afstand (1,5 meter) als u buiten bent ("social distancing").
- Draag een mondmasker op het openbaar vervoer en op drukke openbare plaatsen.

Veroorzaakt het coronavirus een ernstige infectie?

- Het verloop van een Corona-virusinfectie is waarschijnlijk zeer gelijkaardig aan het verloop van een klassieke griep. Dat wil zeggen dat de meeste mensen die zo'n infectie doormaken gedurende enkele dagen koorts maken + hoesten en nadien spontaan herstellen.
- Sommigen maken het ook door zonder symptomen.
- Als de volgende symptomen aanhouden en de neiging hebben om te verergeren: koorts boven 38°, ernstige vermoeidheid, droge hoest, kortademigheid, spierpijn, verlies van smaak en/of geur, verstopte neus, keelpijn, diarree neem dan telefonisch contact op met uw arts.
- In de minderheid van de gevallen (ongeveer 5 % van de patiënten die besmet raken met het virus) veroorzaakt coronavirus een longontsteking met soms nood tot beademing op intensieve zorgen.
- Volgens de huidige bekende cijfers zullen kinderen het virus niet snel verspreiden. Ook zijn de symptomen bij kinderen eerder beperkt.

Moet reumamedicatie preventief worden stopgezet?

Personen die geen tekenen vertonen van actieve infectie worden niet aanbevolen om reumamedicatie preventief te onderbreken. Het is zelfs beter om de reuma goed onder controle te houden omdat het afweersysteem bij een actieve reuma opstoot ook niet optimaal functioneert.

Moet reumamedicatie worden onderbroken in geval van infectiesymptomen?

Hoewel er op dit moment nog weinig evidentie hierover bestaat, wordt toch aangeraden om bij personen die tekenen van infectie vertonen (koorts, niezen, hoesten, ademtekort) de volgende behandeling te onderbreken:

- Klassieke synthetische DMARDs (csDMARDs) (*);
- Biologische DMARD (bDMARDs, "biologicals") (*2),
- Targeted synthetic DMARDs (zoals, bij voorbeeld, JAK-inhibitoren) (*3)

Raadpleeg te allen tijde uw arts vooraleer behandelingen te onderbreken!

Corticosteroïden dienen te worden verdergezet. Het kan gevaarlijk zijn om deze medicatie abrupt te stoppen.

(* Klassieke basistherapieën of DMARD's (csDMARDs) zijn:

- Ledertrexate® (methotrexate)
- Salazopyrine® (sulfasalazine)
- Arava® (leflunomide)
- Endoxan® (cyclophosphamide)
- Imuran® (azathioprine)
- CellCept® (mycophénolate mofetil)
- Tacrolimus

Merk op dat de behandeling met Plaquenil® (hydroxychloroquine) MOET worden voortgezet, tenzij contra-indicatie.

Belangrijk opmerking aan de voorschrijvende artsen: als u Plaquenil® voorschrijft in het kader van een patiënt met een reumatische aandoening, gelieve dit op het voorschrift te vermelden. In dat geval krijgt de patiënt voorrang voor deze behandeling.

Ook de thalidomide mag niet worden tegengehouden.

(*2) Biologicals (bDMARDs) zijn:

- Humira®, Amgevita®, Idacio®, Hulio®, Imraldi®, Hyrimoz® (adalimumab)
- Enbrel®, Benepali® (etanercept)
- Cimzia® (certolizumab)
- Simponi® (golimumab)
- RoActemra® (tocilizumab)
- Kevzara® (sarilumab)
- Taltz® (ixekizumab)
- Stelara® (ustekinumab)
- Orencia® (abatacept)
- Remicade®, Remsima®, Flixabi® (infliximab)
- Cosentyx® (Secukinumab)
- Mabthera® (rituximab)
- Benlysta® (Belimumab)

(*3) tsDMARDs zijn:

- Olumiant® (baricitinib)
- Xeljanz® (tofacitinib)
- Otezla® (aprelimast)
- Rinvoq® (Upadacitinib)
- Jyseleca® (Filgotinib)

Spierpijn of koorts? Behandel dit liever met paracetamol dan met ontstekingsremmers (of NSAID).

Als u ontstekingsremmers neemt in het kader van uw reumatisch lijden, kan u deze doornemen. In geval er tekenen van virusinfectie zijn, worden deze best onderbroken, tenzij deze noodzakelijk zijn om de reumatische aandoening voldoende onder controle te houden.

Veel gebruikte ontstekingsremmers zijn bv: Ibuprofen/ Brufen/ Nurofen; Diclofenac/ Voltaren; Meloxicam/ Mobic; Piroxicam/ Feldene/ Brexine.

Bijkomende adviezen bij vermoeden van een infectie

- Blijf uit de buurt van andere mensen of draag een masker om besmetting van anderen te voorkomen (zeker ouderen en mensen uit de risicogroep)
- Hou voldoende afstand van andere personen
- Verlucht regelmatig de woning
- Was uw handen regelmatig en zeker na het hoesten/niezen/snuiten
- Deel geen voorwerpen met anderen (glazen, bestek, ...)
- Gebruik een ontsmettend schoonmaakproduct om oppervlakten te reinigen
- Draag een mondmasker

Ga niet werken als u zich ziek voelt

Personen die zich ziek voelen moeten thuisblijven van het werk en dit om het risico te verminderen dat ze anderen besmetten. Neem telefonisch contact op met uw huisarts voor een attest. Mochten er aanwijzingen zijn dat het kan gaan om een Corona-infectie, dan zal de huisarts aanwijzen welke stappen moeten worden genomen.

Mogen niet-zieke personen met een verminderde immuniteit gaan werken?

De behandelingen die in de reumatologie worden voorgeschreven zijn meestal immunomodulatoren en onderdrukken de immuniteit niet noemenswaardig. Op dit ogenblik is er geen systematische aanbeveling voor mensen met een verminderde immuniteit (ongeacht de reden voor deze immuniteitsverandering) om preventief thuis te blijven van het werk. Zo veel als mogelijk wordt thuiswerken gestimuleerd. Op het werk dienen de algemene hygiënische maatregelen zo strikt als mogelijk te worden gerespecteerd. Wel kan het zijn dat de werkgever bijzondere maatregelen treft voor personeel in risicogroepen (bv een chronische aandoening, verminderde immuniteit). Zo kunnen in overleg met de werkgever job aanpassingen worden overeengekomen om het risico op contact met corona-patiënten te verminderen. Als de werkgever dit vraagt, kan de behandelende arts hiervoor een attest opmaken.

Komt er een coronavaccin aan?

Momenteel lopen er meer dan 200 verschillende onderzoeken om een vaccin tegen COVID-19 te vinden. Een aantal van deze vaccins zitten al in een verdere fase en blijken tot nu toe heel hoopgevend.

Blijf up-to-date

Niemand kan op dit ogenblik voorzien hoe de Corona infectiegolf verder zal evolueren. Volg de aanbevelingen die zijn gepubliceerd en bijgewerkt op www.belgium.be of www.info-coronavirus.be/nl/

Informatie voor mensen met reuma vindt u ook op www.reumanet.be, www.clair.be of via de website van de Koninklijke Belgische Vereniging voor Reumatologie www.r-euma.be.

Waarom zo'n drastische maatregelen?

We willen hiermee de piek van de epidemie afvlakken. Dit om aan iedereen op het juiste moment de gepaste zorg te kunnen bieden.