Что такое постковидный синдром?

В марте 2020 года Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) объявила вспышку нового коронавирусного заболевания, COVID-19, пандемией из-за скорости и масштабов передачи. Заболевание стремительно охватило все уголки мира и из-за взрывного характера распространения и подорвало даже самые устойчивые системы здравоохранения. Сведения об эпидемиологии, клинических особенностях и лечении накапливаются и обсуждаются специалистами в режиме реального времени. COVID-19 охватывает весь спектр возможных вариантов, от бессимптомного течения до развития тяжелой вирусной пневмонии, осложненной дыхательной недостаточностью, в результате которой может наступить смерть.

Появляется все больше данных о том, что у пациентов, перенесших COVID-19 в легкой или тяжелой форме, могут развиться долговременные последствия для здоровья. Большинство пациентов после перенесённой инфекции COVID-19 полностью выздоравливают, но у некоторых сохраняются нарушения сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной системы, а также психологические последствия. Эти эффекты, по-видимому, возникают независимо от начальной тяжести инфекции, но чаще встречаются у женщин среднего возраста и у тех, у кого изначально было больше симптомов. В настоящее время нет четко сформулированного определения этого состояния: терминология включает «длительный COVID», «пост-COVID-синдром» и «пост - острый COVID-19-синдром».

В октябре 2021 года Всемирная организация здравоохранения предложила следующее определение постковидного синдрома - состояние после COVID-19, возникающее у лиц с вероятной или подтвержденной инфекцией SARSCoV-2 в анамнезе, обычно через 3 месяца после начала COVID-19 с симптомами, которые длятся не менее 2 месяцев и не могут быть объяснены другим диагнозом. Симптомы могут проявляться после выздоровления от COVID-19 или сохраняться с момента заболевания, а также могут изменяться или появляться снова через некоторое время, усиливаясь и ослабевая. Постковидный синдром может проявляться у 10-20% пациентов.

В настоящее время продолжаются исследования по оценке влияния на здоровье последствий COVID-19.

В январе 2021 года журнале «Ланцет» было опубликовано исследование отдаленных последствий COVID-19, включающее 1733 пациента с лабораторно подтвержденным COVID-19, которые были выписаны из больницы Цзинь Инь-Тань в Ухане, Китай, в период с 7 января по 29 мая 2020 года. Так через 6 месяцев после перенесенной острой инфекции 76% пациентов беспокоили усталость или мышечная слабость, проблемы со сном, беспокойство или депрессия, часть пациентов с тяжёлым и среднетяжёлым течением заболевания имели более серьезные нарушения функции дыхания.

Председатель Британской ассоциации терапевтов опубликовал онлайн-опрос 3729 врачей, ответивших на вопрос о симптомах пациентов, перенесших COVID-19, около трети (1092) заявили, что они видели или лечили пациентов

с симптомами, которые, по их мнению, являются долгосрочным последствием наличия у пациента COVID-19. Данные симптомы включали хроническую усталость, мышечную слабость, потерю обоняния и проблемы с концентрацией.

По мнению экспертов Всемирной организации здравоохранения к наиболее распространенным симптомам постковидного синдрома относятся:

- когнитивная дисфункция «туман в голове»;
- депрессия;
- усталость;
- нарушения сна;
- снижение памяти;
- одышка;
- кашель;
- повышенная утомляемость после физической нагрузки;
- мышечная боль/спазмы;
- учащенное сердцебиение;
- потеря обоняния, искажение запаха, вкуса;
- головная боль;
- боль в суставах;
- расстройства желудочно-кишечного тракта, диарея.

Постковидный синдром - достаточно сложное и опасное состояние, которое может влиять на физическое и психологическое состояние человека. Важно знать, что в настоящее время клинических протоколов лечения и реабилитации пациентов с постковидным синдромом нет.

Таким образом, в обозримом будущем постковидный синдром останется проблемой здравоохранения. Современной медицине еще предстоит найти точные причины его возникновения и до конца оценить последствия.

Давно известно, что болезнь легче предупредить, чем лечить. Напоминаем! Наиболее эффективный способ противодействия распространению коронавирусной инфекции – вакцинация.

Также важно соблюдение простых мер предосторожности: держитесь на безопасной дистанции от окружающих, носите маску, хорошо проветривайте помещения, избегайте мест скопления людей, мойте руки и прикрывайте нос и рот сгибом локтя или салфеткой при кашле или чихании.

Авторы:

Львова Н.Л., к.м.н., зав. лабораторией медицинской экспертизы и реабилитации при терапевтической патологии ГУ «Республиканский научно-практический центр медицинской экспертизы и реабилитации»

Исаева И.В., заместитель главного врача по медицинской экспертизе и реабилитации УЗ «11-я городская поликлиника»