

Η Καρδιά μας μετά τον Covid-19

Ανδρέας Συνετός

Καρδιολόγος, Α' Πανεπιστημιακή Καρδιολογική Κλινική,
"Ιπποκράτειο" Γ.Ν.Α.

Η πανδημία του ιού SARS-COV-2, με τις πολλές μεταλλάξεις και παραλλαγές, έχει μεν υποχωρήσει, χωρίς όμως να μας έχει εγκαταλείψει. Τις ημέρες του καλοκαιριού του 2022 παρατηρούνται νέες αυξητικές τάσεις των κρουσμάτων παγκοσμίως και σε συνδυασμό με τη διεθνή χαλάρωση των μέτρων προφύλαξης, δημιουργείται μια έντονη ανησυχία για το μέλλον. Η COVID-19 είναι νόσος που μπορεί να προσβάλλει όλα τα όργανα του ανθρώπινου οργανισμού, ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στο αναπνευστικό και στους πνεύμονες, αλλά δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι η καρδιά είναι ένα όργανο που προσβάλλεται συχνά. Σε ελέγχους που έχουν γίνει σε ασθενείς με covid με μαγνητική τομογραφία καρδιάς, διαπιστώθηκε ότι το 78% των ασθενών είχε συμμετοχή της καρδιάς, χωρίς απαραίτητα την παρουσία συμπτωμάτων. Όπως είναι λογικό, αυτοί οι ασθενείς θα πρέπει να υποβληθούν σε καρδιολογικό έλεγχο μετά τη νόσησή τους από τον ιό.

Τον τελευταίο καιρό, έχουν έρθει στην επιφάνεια και έχουν αναδειχθεί οι μακροπρόθεσμοι κίνδυνοι από τη νόσηση από τον ιό. Ο όρος «σύνδρομο long-COVID» περιλαμβάνει τα συμπτώματα και σημεία, αλλά και τις επιπλοκές (όψιμες ή μακροχρόνιες) που εμμένουν ή εμφανίζονται 4 εβδομάδες μετά τη λοίμωξη με SARS-CoV-2. Το Μετά-COVID-19 σύνδρομο (Post COVID-19 syndrome), αφορά σε σημεία και συμπτώματα που αναπτύσσονται κατά τη διάρκεια ή μετά από τη λοίμωξη με COVID-19 και συνεχίζουν για περισσότερο από 12 εβδομάδες, χωρίς να μπορούν να αποδοθούν σε εναλλακτική διάγνωση. Συνεπώς ο όρος long-COVID περιλαμβάνει τη συνεχιζόμενη συμπτωματική COVID-19 λοίμωξη και το μετά COVID-19 σύνδρομο. Με βάση τα παραπάνω, οι ασθενείς με εμμένοντα συμπτώματα μετά από 3 μήνες, θα πρέπει να ξεκινούν το διαγνωστικό έλεγχο από το αναπνευστικό σύστημα και να συνεχίζουν στο καρδιαγγειακό και σε άλλα, αν χρειαστεί. Τα συμπτώματα χωρίζονται σε δύο κύριες κατηγορίες συνεχιζόμενων συμπτωμάτων: μια μικρότερη ομάδα ατόμων με αναπνευστικά συμπτώματα, όπως βήχας ή δύσπνοια (αυτή η ομάδα ατόμων ήταν πιο πιθανό να είχαν αρχικά σοβαρή ασθένεια COVID-19) και μια μεγαλύτερη ομάδα με γενικότερα συμπτώματα και ιδιαίτερα εύκολη κόπωση. Τα πιο κοινά συμπτώματα είναι η κούραση, δύσπνοια, δυσκολία στον ύπνο, άγχος και κατάθλιψη, αίσθημα παλμών της καρδιάς, σφίξιμο ή πόνο στο στήθος, πόνο στις αρθρώσεις ή στους μύς, αδυναμία σκέψης ή εστίασης (κομίχλη του εγκεφάλου), αλλαγή στην αίσθηση της όσφρησης ή της γεύσης και ο επίμονος βήχας. Η παρουσία αυτών των συμπτωμάτων, μετά την πάροδο 3 μηνών από τη νόσηση με Covid 19, θα πρέπει να οδηγεί τον ασθενή σε ιατρική εξέταση και παρακολούθηση, προκειμένου να αποκλειστούν άλλα αίτια και να δοθούν οι κατάλληλες οδηγίες.

Η μαγνητική τομογραφία καρδιάς σε ασθενείς, αρκετούς μήνες μετά την ανάρρωση, ανέδειξε ουλές στο μυοκάρδιο. Ο

**ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ
ΧΘΕΣ
ΣΗΜΕΡΑ
ΑΥΡΙΟ**



κορονοϊός είναι σε θέση να προκαλέσει φλεγμονή στα αγγεία σχεδόν όλων των οργάνων και ιδιαίτερα στην καρδιά. Η φλεγμονώδης διαδικασία οδηγεί σε καταστροφή των μυοκαρδιακών κυττάρων και αντικατάστασή τους από ινώδη ιστό. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να περιορίζεται η ικανότητα της καρδιάς να λειτουργεί αποτελεσματικά ως αντλία παροχής αίματος στο σώμα. Η ελάττωση της μυοκαρδιακής απόδοσης προκαλεί μειωμένη αντοχή στην κόπωση. Τελικά, εάν υπάρχουν ουλές μεγάλης έκτασης, μπορεί να οδηγηθούμε σε καρδιακή ανεπάρκεια. Το ίδιο συμβαίνει και με άλλες ιογενείς λοιμώξεις. Υπάρχουν πολλοί ιοί, οι οποίοι εμφανίζουν το λεγόμενο καρδιοτροπισμό και μπορούν να προσβάλλουν απευθείας την καρδιά. Για παράδειγμα, οι ιοί που προκαλούν τη γρίπη μπορούν να προκαλέσουν μυοκαρδίτιδα σε κάποιους ασθενείς.

Πολλοί ασθενείς που νόσησαν από κορονοϊό, εβδομάδες ή μήνες μετά την αποθεραπεία, αναφέρουν ότι σωματικά δεν βρίσκονται στην ίδια κατάσταση που ήταν πριν τη νόσο. Κουράζονται πολύ εύκολα και εμφανίζουν δύσπνοια ή αίσθημα στην προσπάθεια, όπως, για παράδειγμα, όταν ανεβαίνουν σκάλες. Αρκετοί αναφέρουν πόνους στο στήθος, όπως επίσης και αίσθημα παλμών, το οποίο βιώνουν πολύ έντονα. Η σωματική καταπόνηση που αισθανόμαστε μετά από τέτοιες λοιμώξεις είναι συνήθως κάτι αναμενόμενο. Και ευτυχώς, η προσβολή του μυοκαρδίου δεν είναι ο κανόνας. Οι περισσότεροι είτε

συνέχεια στη σελ. 23 ▶

συνέχεια από τη σελ. 21

περνούν τη λοίμωξη ασυμπτωματικά, είτε μετά τη φάση της ανάρρωσης επανέρχονται στην προγενέστερη κατάσταση. Εάν, όμως, το αίσθημα εύκολης κόπωσης και κακουχίας συνεχίζεται για εβδομάδες χωρίς βελτίωση, τότε θα πρέπει σίγουρα να αναζητηθεί ιατρική βοήθεια. Πλέον, γνωρίζουμε, ότι ανεξάρτητα από το πόσο βαριά ήταν η προηγηθείσα νόσηση ή πόσα υποκείμενα νοσήματα έχει ο ασθενής, η δράση του κορονοϊού στην καρδιά μπορεί να συνεχίζεται για εβδομάδες μετά.

Για τις θεραπευτικές δυνατότητες ισχύει ο γενικός κανόνας. Όσοι ανήκουν στην ομάδα που εμφανίζει μακροχρόνιες επιπτώσεις μετά από λοίμωξη με κορονοϊό, θα πρέπει να είναι προσεκτικοί και να αποφεύγουν τη σωματική κόπωση. Η αθλητική δραστηριότητα πιθανών να χρειαστεί να ανασταλεί για μεγάλο χρονικό διάστημα, ενώ θα πρέπει να γίνει σαφές ότι η έντονη σωματική εργασία μόνο ευεργετική δεν είναι κατά τη διάρκεια της αποθεραπείας. Το ακριβές χρονικό διάστημα που χρειάζεται, προκειμένου να επανέλθει κάποιος στην προηγούμενη κατάσταση, όχι μόνο δεν είναι σαφές, αλλά σε μεγάλο βαθμό έχει να κάνει και με τον ίδιο τον ασθενή, δηλαδή εξαστομικεύεται. Γνωρίζουμε από άλλες ιογενείς μυοκαρδίτιδες, ότι παρότι η αποθεραπεία διαρκεί αρκετά, σταδιακά επανέρχεται ο οργανισμός στην αρχική του κατάσταση. Παρόλα αυτά, θα πρέπει να έχουμε υπόψιν, ότι σε κάποιους ασθενείς η αποθεραπεία θα μπορούσε να κρατήσει δύο, ακόμα και τρία χρόνια.

Η δυνατότητα να προφυλαχτούμε από τις μακροχρόνιες επιπτώσεις του κορονοϊού εξαρτάται και από τις επιλογές μας. Σημαντικό ρόλο παίζει το «φορτίο» του κορονοϊού που έχει δεχθεί ο ασθενής. Οι ασθενείς με υγιές ανοσοποιητικό σύστημα και σχετικά μικρό «φορτίο» κορονοϊού, ανταπεξέρχονται της λοίμωξης πολύ καλά και σχεδόν χωρίς συνέπειες. Απαραίτητη βέβαια προϋπόθεση είναι ο πλήρης εμβολιασμός και η σωστή χρήση μάσκας. Αντίθετα, ο ελλιπής εμβολιασμός, η μη χρήση μάσκας και η μη τήρηση των απαραίτητων μέτρων αυξάνουν τις πιθανότητες όχι μόνο για βαριά νόσηση, αλλά και για μακροχρόνιες επιπλοκές από τον κορονοϊό. ●