

# Η σοβαρή λοίμωξη Covid-19 συσχετίζεται με τέσσερις προϋπάρχουσες παθήσεις

Media: ΘΕΣΣΑΛΙΑ Page: 24 Published at: 12-03-2021  
Author: Surface: 568.5 cm<sup>2</sup> Circulation: 0  
Subjects:



## Η σοβαρή λοίμωξη Covid-19 συσχετίζεται με τέσσερις προϋπάρχουσες παθήσεις



ΤΟΥ  
**ΘΑΝΟΥ**  
**ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΥ,**  
πρώτην ΕΚΠΑ

Σε μία πρόσφατη δημοσίευση στο «Journal of the American Heart Association» περιγράφηκε ότι από το σύνολο των 906.849 συνολικών νοσηλειών στις ΗΠΑ μέχρι τον Νοέμβριο του 2020, το 30% συσχετίστηκε με την παχυσαρκία, το 26% με αρτηριακή υπέρταση, το 21% με σακχαρώδη διαβήτη και το 12% με καρδιακή ανεπάρκεια.

Οι ιατροί της Θεραπευτικής Κλινικής της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών Θεοδώρα Ψαλτοπούλου, Πάνος Μαλανδράκης, Πάνης Ντάνας και Θάνος Δημόπουλος (πρώτην ΕΚΠΑ) (<https://mdimor.gr/covid19/>) συνοψίζουν τα δεδομένα αυτά. Συνολικά το 63,5% των νοσηλευόμενων είχε μία τουλάχιστον από αυτές τις συνοσπρότητες και κάποιες από αυτές τις νοσηλείες ίσως να μην ήταν απαραίτητες, αν οι ασθενείς δεν τις είχαν. Υπολογίστηκε έτσι ότι μία μείωση κατά 10% στις καταστάσεις αυτές στον γενικό πληθυσμό, θα μείωνε κατά 11,1% τις νοσηλείες από COVID-19 λοίμωξη. Ο πρώτην του School of Nutrition Science and Policy στο Tufts University of Boston Dariush Mozaffarian αναφέρει ότι είναι λυπηρό έναν χρόνο μετά την έναρξη μίας πανδημίας που έχει οδηγήσει σε εκατομμύρια θανάτους και δεκάδες εκατομμύρια νοσηλείες, να μην έχει αντιμετωπιστεί ένας από τους βασικούς παράγοντες πρόληψης βαρύτερης πρόγνωσης, ο τρόπος ζωής. Το μοντέλο της στατιστικής ανάλυσης έδειξε ότι η ηλικία και η εθνικότητα συσχετίζονται

με τις νοσηλείες με βάση τις συνοσπρότητες αυτές. Για παράδειγμα, το 8% των νοσηλειών στις ηλικίες κάτω των 50 αποδόθηκε στον σακχαρώδη διαβήτη και το 29% αντίστοιχα στις ηλικίες άνω των 65. Η παχυσαρκία είχε αρνητική επίδραση σε όλες τις ηλικίες ως παράγοντας νοσηλείας. Σε κάθε ηλικιακή ομάδα, η νοσηλεία από COVID-19 λοίμωξη που αποδόθηκε σε αυτές τις τέσσερις καταστάσεις ήταν συχνότερη στους Αφροαμερικανούς σε σχέση με τους λευκούς, ενώ στους Λατίνους συχνότερα έπαιξε ρόλο ο σακχαρώδης διαβήτης και η παχυσαρκία. Για παράδειγμα ο σακχαρώδης διαβήτης σε άτομα άνω των 65 ετών, συσχετίστηκε με το 25% των νοσηλειών σε λευκούς, το 32% στους Αφροαμερικανούς και το 34% στους Λατίνους. Στους ενήλικες μεταξύ 18 και 49 ετών και οι τέσσερις παθήσεις αυτές φάνηκαν να προκαλούν περίπου το 39% των νοσηλειών στους λευκούς και το 50% στους Αφροαμερικανούς. Οι συγγραφείς αναφέρουν ότι παρότι τα δεδομένα αυτά δεν αποδεικνύουν σχέση αίτιου-αιτιατού πιστεύουν ότι υπάρχει τέτοια σχέση, καθώς ο ιός αυτός δεν είναι απλά ένας αναπνευστικός ιός, αλλά φαίνεται ότι προκαλεί γενικευμένη αγγειακή φλεγμονή, που συσχετίζεται με τις μεταβολικές αυτές παθήσεις, και συμπεραίνουν ότι αν δεν υπήρχαν η λοίμωξη θα ήταν λιγότερο σοβαρή. Τα δεδομένα αυτά είναι συμβατά με προϋπάρχουσες παρατηρήσεις ότι οι ηλικιωμένοι με σακχαρώδη διαβήτη, καρδιακή και πνευμονική νόσο έχουν αυξημένο κίνδυνο για βαρύτερη λοίμωξη COVID-19. Παρότι οι άνθρωποι γνωρίζουν τον κίνδυνο, δυσκολεύονται πολύ να αλλάξουν τρόπο ζωής και προγράμματα που έχουν ως στόχο να ενθαρρύνουν την απώλεια βάρους και την άσκηση που δεν έχουν λειτουργήσει ως τώρα. Οι λανθασμένες διατροφικές συνήθειες και ο τρόπος ζωής αποτελούν παράγοντα γενικότερης νοσηρότητας παγκοσμίως, αλλά και στη λοίμωξη COVID-19, και έτσι η προώθηση

ενός υγιούς τρόπου ζωής με σωματική άσκηση και σωστή διατροφή μπορεί να βελτιώσει την καρδιακή και τη μεταβολική υγεία του ατόμου, προφυλάσσοντας από τη σοβαρή λοίμωξη COVID-19.

### Η λήψη βιταμίνης C και συμπληρωμάτων ψευδαργύρου δεν μειώνει τη σοβαρότητα και τη διάρκεια των συμπτωμάτων της νόσου

Η λήψη βιταμίνης C και συμπληρωμάτων ψευδαργύρου δεν μειώνει ούτε τη σοβαρότητα ούτε τη διάρκεια των συμπτωμάτων της νόσου COVID-19, σύμφωνα με μελέτη που δημοσιεύθηκε στο έγκριτο επιστημονικό περιοδικό JAMA Network Open. Οι ιατροί της Θεραπευτικής Κλινικής της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών Θεοδώρα Ψαλτοπούλου, Ελένη Κορομπόκη, Μαρία Γαβριταπούλου και Θάνος Δημόπουλος (πρώτην ΕΚΠΑ) (<https://mdimor.gr/covid19/>) συνοψίζουν τα δεδομένα αυτής της μελέτης. Στην πολυκεντρική τυχαίοποιημένη, ανοικτής επισημότητας μελέτη «COVID A to Z» συμπεριλήφθηκαν 214 ασθενείς διαγνωσμένοι με θετική μοριακή μέθοδο ανάλυσης (PCR) για νόσο COVID-19, οι οποίοι έλαβαν εξωνοσοκομειακή θεραπεία σε κέντρα στο Οχάιο και τη Φλόριδα κατά το διάστημα 27 Απριλίου 2020 - 14 Οκτωβρίου 2020. Οι ασθενείς τυχαίοποιήθηκαν σε αναλογία 1:1:1 και έλαβαν για διάστημα 10 ημερών είτε 50mg γλυκονικού ψευδαργύρου, είτε 8000mg βιταμίνης C είτε και τα δύο σκευάσματα ή κανένα. Τα πρωτεύοντα καταληκτικά σημεία της μελέτης ήταν ο απαιτούμενος αριθμός ημερών μέχρι τη μείωση του 50% των συμπτωμάτων, συμπεριλαμβανομένων της σοβαρότητας του πυρετού, του βήχα, της δύσπνοιας και του αισθήματος κόπωσης. Τα δευτερεύοντα καταληκτικά σημεία περιλάμβαναν τις ημέρες που απαιτούνταν για την επίτευξη συνολικής βαθμολογίας της σοβαρότητας συμπτωμάτων ίσης

με μηδέν, το αθροιστικό σκορ σοβαρότητας συμπτωμάτων την 5η ημέρα, τις νοσηλείες, τους θανάτους, τα συμπληρωματικά συνταγογραφούμενα φάρμακα και τις ανεπιθύμητες ενέργειες των χορηγούμενων συμπληρωμάτων της μελέτης.

Συνολικά τυχαίοποιήθηκαν 214 ασθενείς, με μέσο όρο ηλικίας τα 45,2 χρόνια, ενώ το 61,7% αυτών ήταν γυναίκες. Τουλάχιστον το ένα τέταρτο των ασθενών ανέφερε προηγούμενη λήψη βιταμίνης C ή άλλων συμπληρωμάτων διατροφής. Η μελέτη τερματίστηκε πρόωρα λόγω των δεδομένων της ενδιάμεσης ανάλυσης που ανέδειξαν χαμηλή ισχύ για όφελος από τη χορήγηση των συμπληρωμάτων διατροφής.

Οι ασθενείς που έλαβαν τη συνήθη φροντίδα, χωρίς επιπλέον συμπληρώματα, πέτυχαν 50% μείωση των συμπτωμάτων σε 6,7 ημέρες κατά μέσο όρο σε σύγκριση με 5,5 ημέρες για την ομάδα ασθενών που έλαβε βιταμίνη C, 5,9 ημέρες για την ομάδα γλυκονικού ψευδαργύρου και 5,5 ημέρες για την ομάδα που έλαβε και τα δύο. Δεν παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των 4 ομάδων θεραπείας ούτε για το πρωτεύον ούτε για τα δευτερεύοντα καταληκτικά σημεία.

Συνοψίζοντας, σε αυτήν την τυχαίοποιημένη κλινική δοκιμή εξωνοσοκομειακών ασθενών που είχαν διαγνωστεί με λοίμωξη SARS-CoV-2, η θεραπεία με υψηλή δόση γλυκονικού ψευδαργύρου, βιταμίνης C ή συνδυασμό των 2 συμπληρωμάτων δεν μείωσε σημαντικά τη διάρκεια των συμπτωμάτων σε σύγκριση με το συνθιμισμένο σχήμα θεραπείας.

Συγκεκριμένα, η χορήγηση συμπληρωμάτων διατροφής με μη αποδεδειγμένο όφελος για τον ασθενή μπορεί να είναι επιζήμια λόγω των ανεπιθύμητων ενεργειών, καθώς και τα δύο σκευάσματα μπορεί να προκαλέσουν γαστρεντερικές διαταραχές, όπως επισημαίνουν οι συγγραφείς.