



Information från Danderyds sjukhus

Covid-19 och förvärvad hjärnskada

Rehabiliteringsläkare förklarar

Pandemin Covid-19 har spridits över världen och finns nu allmänt även i vårt land. Infektionen orsakas av ett virus som kallas SARS-CoV-2. Detta virus kommer in i kroppen genom luftvägarna och ger upphov till symtom som vid vanlig förkylning eller influensa. I olyckliga fall kan det även orsaka svår lunginflammation.

Folkhälsomyndigheten och sjukvårdsregionen har kommit med många råd och rekommendationer. Dessa gäller för alla. Även för personer som har hjärnskada. Aktuella rekommendationer finns på folkhälsomyndighetens webbsidor: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/skydda-dig-och-andra/>

Här följer vanliga frågor och svar på covid-19 gällande dig som är vuxen och har en förvärvad hjärnskada.

Dokumentet är en kortare och uppdaterad version av ett dokument som tagits fram av region Östergötland, Rehabiliteringsmedicinska kliniken <https://bit.ly/3abtIKn>. Det är anpassat för Region Stockholm av Rehabiliteringsmedicinska Universitetskliniken Stockholm, Danderyds sjukhus.

Just nu pågår snabba förändringar. Dokumentet är aktuellt det datum det skrivs. Eventuella uppdateringar finns på 1177 och <https://www.folkhalsomyndigheten.se>

Frågor och svar

A. Jag har en förvärvad hjärnskada. Tillhör jag en särskild ”riskgrupp” för covid-19?

Enligt socialstyrelsen har man en förhöjd risk för svåra symtom vid covid-19 infektion om man är:

- Äldre än 70 år *eller*
- Yngre än 70 år med något av följande:
 1. Cancersjukdom som är aktiv, under behandling, eller nyligen behandlad
 2. Personer som har två eller flera av dessa sjukdomar:
 - hjärt-kärlsjukdom (kärlkramp, hjärtsvikt, stroke)
 - högt blodtryck (hypertoni)
 - diabetes med komplikationer
 - kronisk njursjukdom och njursvikt
 - kronisk lungsjukdom (annan än astma)
 - kronisk leversjukdom
 3. Svår övervikt (BMI 40 eller högre)
 4. Neuromuskulär sjukdom (exempelvis Parkinson, MS, ALS)
 5. Intellektuell funktionsnedsättning och rörelsenedsättning (flerfunktionsnedsättning)
OBS – detta är en beskrivning som används framförallt inom Habiliteringen för medfödda tillstånd. Tidigare kallades det utvecklingsstörning med rörelsenedsättning.
 6. Annat allvarligt hälsotillstånd som innebär ökad mottaglighet för Sars-CoV-2 och risk för allvarligt sjukdomsförlopp vid covid-19

Vissa vuxna med mycket svår förvärvad hjärnskada och omfattande hjälpbehov kan ha kognitiva och rörelsemässiga funktionsnedsättningar som är likartade som de som tillhör kategori ”5”. Detta gäller till exempel personer som är rullstolsburna och behöver personliga assistenter dygnet runt på grund av svåra rörelsemässiga och kognitiva nedsättningar.

Mer information från Socialstyrelsen finns här: <https://bit.ly/2KfXSBM>

Tabellen nedan uppmärksammar vissa vanligt förekommande riskfaktorer hos personer med förvärvad hjärnskada, men även andra kan föreligga. Tänk igenom vad som gäller dig. Ta stöd av närstående eller din gode man vid behov.

Om du har drabbats av:	är det även vanligt med dessa faktorer som ger ökad risk vid eventuell covid-19-infektion:
Stroke	Sjukdomar: högt blodtryck, diabetes, förmaksflimmer. Livsstil: rökning, övervikt, alkohol.
Anoxisk hjärnskada efter hjärtstillestånd (=syrebristskada)	Hjärtsjukdom.
Anoxisk hjärnskada efter annat (till exempel drunkning, förgiftning)	Ej ökad risk i sig. Det är i så fall konsekvenserna av skadan som kan påverka (se nedan).
Subarachnoidalblödning (=blödning från ett pulsåderbräck)	
Traumatisk hjärnskada (på grund av våld mot huvudet till exempel olycka)	
Hjärntumör	Behandlingen som påverkar immunsystemets funktion ger ökad risk. Om du inte har någon sådan behandling och det gått åtminstone sex månader efter operation har du troligen ingen ökad risk.
Encefalit	Vissa orsaker till encefalit kan kräva behandling som påverkar immunförsvaret och därmed ger ökad risk för svåra symtom vid covid-19.

B. Innebär de begränsningar jag fått efter hjärnskadan någon ökad risk för svåra symtom vid covid-19?

Prata med din läkare, din rehabiliterings-/habiliteringspersonal eller dina närstående om vad som gäller för dig. Tabellen ger en generell vägledning:

Funktionsnedsättning	Grad av funktionsnedsättning	Risk vid covid-19
Nedsatt rörelseförmåga	Lätt till medelsvår	Ej ökad
	Medelsvår till svår, med påverkan på bål och armar och/eller ben med andningsförmåga och hostkraft	Ökad risk för svåra symtom
Nedsatt språkförmåga (till exempel afasi)	Medelsvår till svår	- Svårt att uppfatta råd om hur man skyddar sig själv och andra från smittspridning. - Svårt i kommunikation med akutvården
Nedsatt tankemässig förmåga (kognition inklusive minne)	Medelsvår till svår	Svårt att förstå och/eller komma ihåg råd om hur man skyddar sig själv och andra.

C. Vad kan jag göra för att minska risken för att smittas eller få allvarlig infektion?

Följ Folkhälsomyndighetens råd för att undvika kontakt med virus:

- Tvätta händerna.
- Undvik att peta i eller ta dig i ansiktet.
- Träffa så få människor som möjligt (social distansering).
- Håll ett avstånd på minst två meter från andra personer för att undvika droppsmitta.
- Om du sitter i rullstol är du på en lägre nivå än gående i din omgivning, du träffas då av fallande droppar från din omgivnings utandningsluft. För att vara på den säkra sidan se gärna till att avståndet är drygt 2 meter.
- De som bor tillsammans räknas som en grupp och behöver inte hålla avstånd. Däremot är det viktigt att tvätta händerna så fort man har varit ute.
- Om du tillhör en riskgrupp, låt någon annan hjälpa dig med inköp och liknande. Du kan däremot gå ut och ta en promenad (på behörigt avstånd från andra).
- Desinficera ytor där virus kan spridas. Det kan till exempel vara drivringar på rullstolen och andra hjälpmedel som fler än brukaren rör vid.

D. Ska jag isolera mig från omgivningen?

Ja, så långt som möjligt, om du tillhör en riskgrupp. Dock har du kanske närstående, assistenter eller hemtjänstpersonal som rör sig i samhället. Samtidigt är det viktigt att du tar emot den hjälp du behöver. Försök hitta en förnuftig lösning.

E. Vad händer om mina assistenter blir sjuka?

Risken är stor för att detta kommer inträffa. Här är det viktigt att ha tänkt i förväg. Diskutera gärna med ditt assistansbolag.

- Kan en backup-plan skapas?
- Finns andra personer som kan gå in?
- Finns resurser hemma så jag klarar mig minst ett par veckor? Det handlar om mat, hushållsartiklar, hjälpmedel och mediciner.

Diskutera med din närstående eller din gode man om en strategi i flera steg upp till ett värsta scenario. På det sättet slipper du bli överrumplad.

F. Vad händer om hemtjänstpersonal blir sjuka?

De flesta hemtjänstbolag har en större personalstyrka och därmed möjligheten att skicka andra personer hem till dig. Bolaget ansvarar för att du får den hjälp du är beviljad.

G. När kan det bli aktuellt att söka vård?

Använd självskattningsverktyget på webben <https://corona.sll.se/> om möjligt.

1177 kan även kontaktas för rådgivning.

Vänta inte för länge om du känner dig allmänpåverkad. Några tecken på att det kan vara dags att söka vård är:

- Det är svårare/tyngre att andas.
- Symtomen är annorlunda/allvarligare än du normalt känner igen från tidigare luftvägsinfektioner.
- Du blir andfådd vid normala samtal.

Om du redan har behov av ventilator för din andning, på mask eller via en kanyl i halsen så ska du under pågående covid-19-pandemi kontakta sjukvården vid alla nya symtom på luftvägsinfektion.

H. Hur tar jag mig till sjukhuset?

Välj i möjligaste mån egen bil (gärna med följeslagare) om du behöver åka till sjukhuset, alternativt kalla på ambulans.

Färdtjänst är INTE ett bra alternativ när du är akut sjuk!

I. Vad ska jag ta med mig till sjukhuset?

Ta med en aktuell läkemedelslista.

Ta med dig viktiga hjälpmedel (om det inte fördröjer din resa):
Förflyttningshjälpmedel, eventuella andningstekniska hjälpmedel,
kontinenshjälpmedel och gärna läkemedel för några dagar.

En sammanfattning av dina funktionsnedsättningar kan underlätta för dig och sjukvårdspersonal. Delar av din journal, till exempel en slutanteckning från din rehabilitering kan ge en sådan sammanfattning. Den kan du skriva ut själv från 1177.se. Du kan också be personalen på vårdavdelningen att läsa den i din journal. Alternativt kan du eller en närstående själv skriva ner det som är viktigt för dig.

Anpassad för Stockholm 2020-04-20

Rehabiliteringsmedicinska Universitetskliniken Stockholm, Danderyds sjukhus

Alison Godbolt överläkare, Kajsa Söderhielm logoped, Åsa Ager kurator med kollegor