

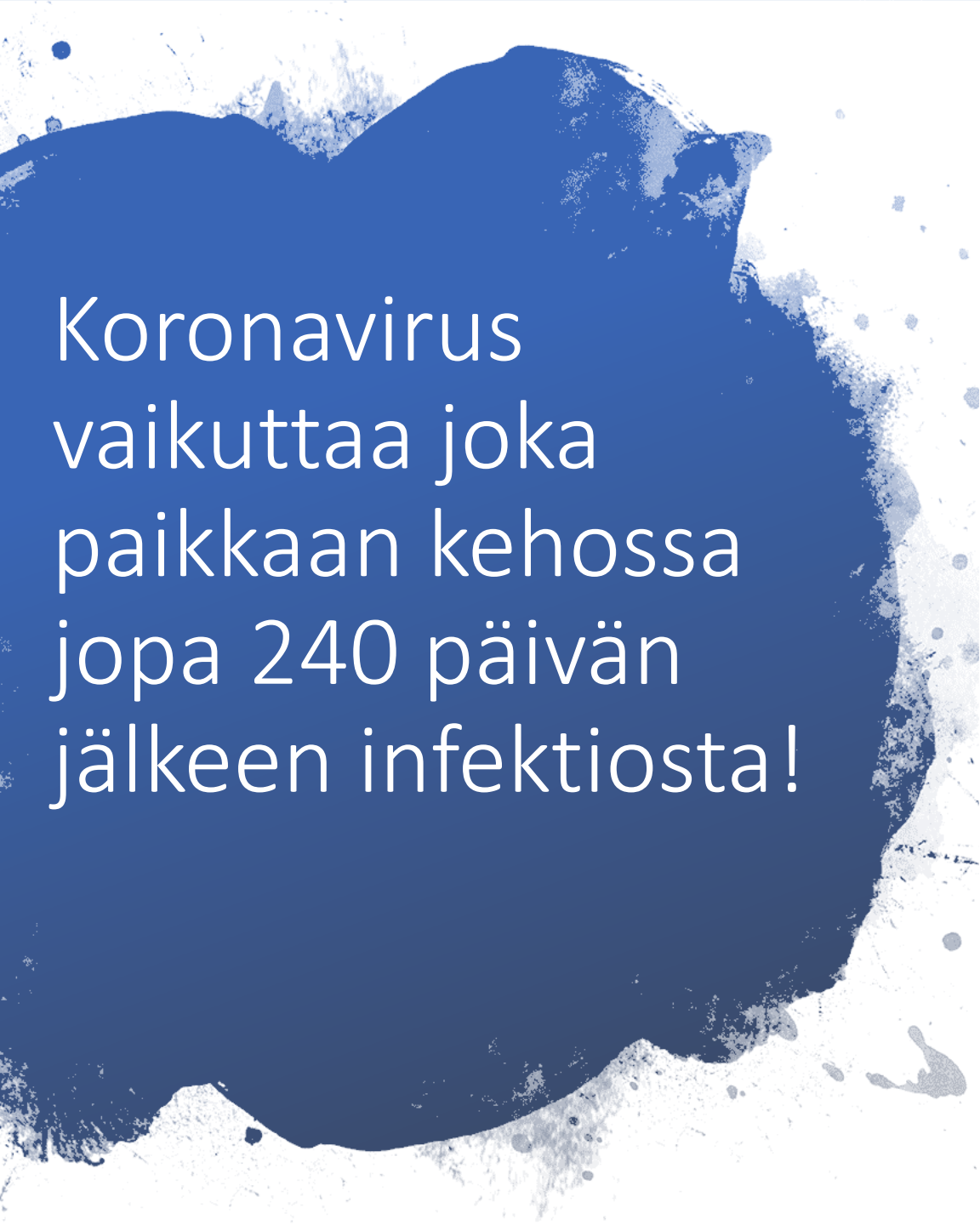
# Katsaus pitkään koronaan potilaiden näkökulmasta

**Mikä on pitkä korona eli long covid?**



## Kuka pitää esitystä:

- \* Joni Savolainen, IT-alan ammattilainen, 34-vuotias perusterve pitkän koronan sairastaja
- \* Oireilu jatkuu edelleen 240 pv ensioireiden havaitsemisesta (13.3.2020–)
- \* Koronadiagnoosi kliinisten oireiden perusteella 104. päivän kohdalla HUS / infektiolääkäri, kun 3 negatiivista PCR-testiä nenänielusta ei kertonut totuutta ja vasta-aineita ei löytynyt
- \* Korona-vertaistukiryhmän perustajia ja [www.apuakoronaan.fi](http://www.apuakoronaan.fi) -sivuston ylläpitäjä
- \* Mukana monessa eri tutkimuksessa potilaana
- \* Tekee taustalla yhteistyötä tutkijoiden, lääkäreiden ja eri maiden vertaistukiryhmien vetäjien kanssa
- \* Tapasimme vertaistukiryhmien vetäjien kanssa WHO:n pääjohtajan ja heidän henkilökuntaa. Viesti heiltä oli **“We have heard your message about long covid and we will act”** (1,2,3)



Koronavirus  
vaikuttaa joka  
paikkaan kehossa  
jopa 240 päivän  
jälkeen infektiosta!

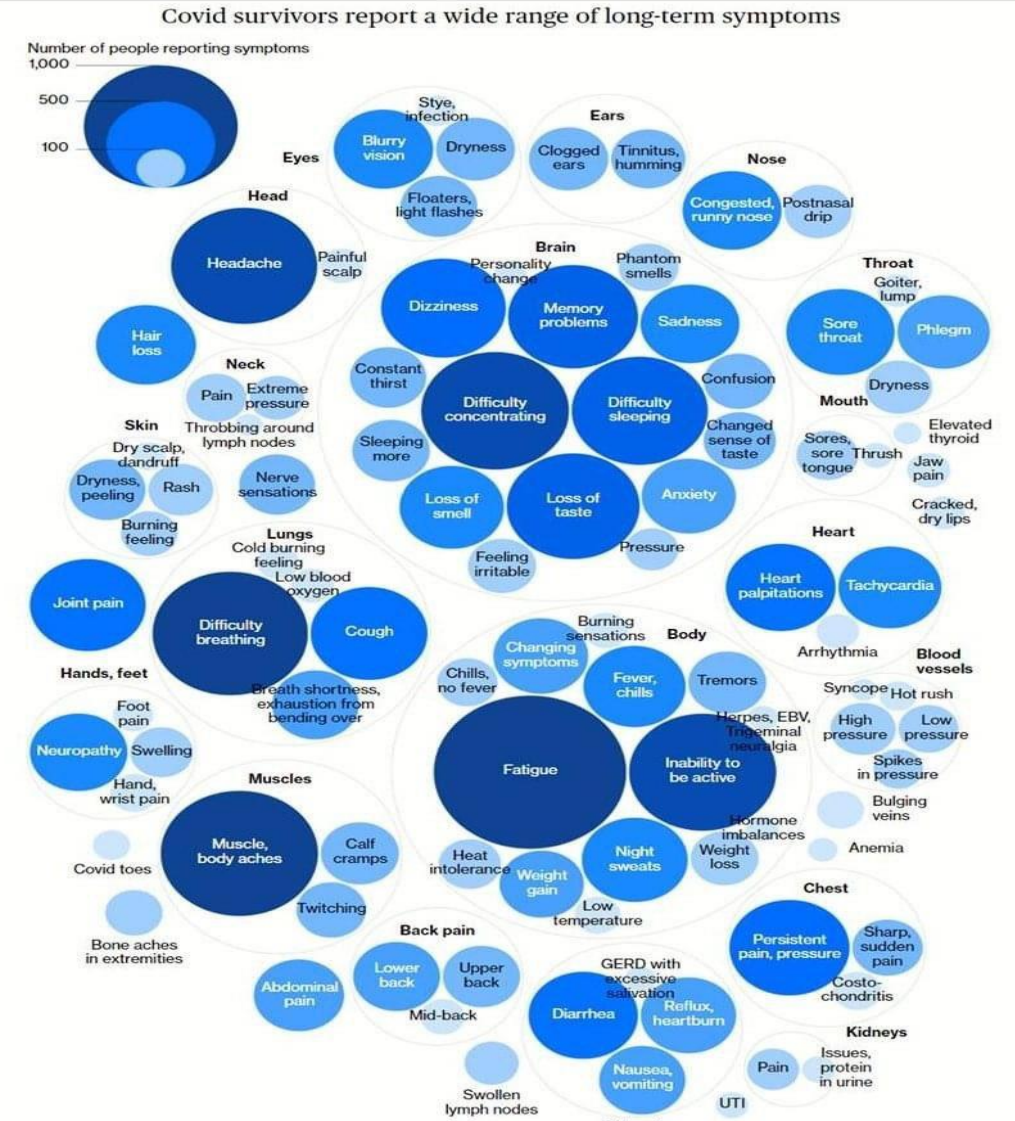
## Esimerkkejä long covid -oireista (Suomi)

**Oireilun tunnistaminen juuri koronaksi vaikeaa, koska oireet ovat moninaiset! (4,5,6,7,8,12)**

- kuume ja voimakas hikoilu
- kipeä tai karhea kurkku, aivastelu, vuotava, kuiva tai tukossa oleva nenä ja poskiontelokipu
- sitkeä yskä, hengitysvaikeudet ja kipu keuhkoissa
- vilunväristykset kaikkialla
- rintakipu ja paineen tunne rinnassa, kupliva tai polttava tunne rintakehässä, viiltävä kipu rinnassa, kostokondriitti ja keuhkopussitulehdus
- sydänongelmat, esimerkiksi sydänpussitulehdus, korkea verenpaine, sydänlihastulehdus sekä erillaiset sydämen rytmihäiriöt, kuten takykardiat ja bradyarytmiat
- hermostolliset ongelmat, kuten päänsärky, huimaus, aivosumu, ortostatismi, pyörtäily, haju- ja makuaistin menetys tai vääristymät, kipeä kieli, tinnitus sekä valo- ja äänilyherkkyys
- turvonneet imusolmukkeet
- erillaiset ihottuma, paiseet, mustelmien yhtäkkinen ilmestyminen, haavaumat limakalvoilla, sormien tuntomuutokset, pistelyt, raajojen puutumiset
- kasvojen, käsien ja jalkojen kihelmöinti sekä tunnottomuus tai neuropatia
- lihaskivut, lihasheikkous ja nivelkivut, lihasten tahaton nykiminen
- silmätulehdukset, silmien kuivuminen ja näköhäiriöt
- äärimmäisen voimakas väsymys, unettomuus ja unihäiriöt
- vatsakipu, pahoinvointi, ripuli ja vatsan turvotus, närästys ja refluksioireet
- Sekundääriset bakteeri- ja hiivatulehdukset (kuten esim. ihoinfektiot, virtsatieinfektiot)
- hammas- tai leukaperien särky, elohiiri eri puolilla kehoa
- hiustenlähtö
- verisuonien ongelmat, pullistuvat suonet, polttavat suonet

Mikä on trendi maailmalla oireiden moninaisuuden suhteen?

Samanlainen kuin Suomessa. Koronavirusinfektio pitkittyy arviolta 10–30 %:lla sairastuneista. Ei ole väliä, oletko nuori perusterve vai vanhempi ihminen. Syytä ei vielä tiedetä. Lapset voivat myös saada pitkän koronan.  
(7,8,9,10,11,12,13,14,21,22,23,27)



# Miten pitkään koronaan suhtaudutaan maailmalla?

Erittäin vakavasti. Epäillään jopa, että pitkä korona aiheuttaa enemmän vahinkoa kansanterveydellisesti kuin itse epidemia. Viime viikolla uutisoitiin, että Tanskassa perustetaan post covid -klinikoita eri puolille maata. (15,23,26)

ICD 10 -koodit tulossa (U09.9 - Postinfectious state after covid-19)  
(16)

Samanlaisia post covid -klinikoita on nyt avattu seuraavissa maissa: USA, UK, Italia ja Intia (17,18,19,20)

---

About us

NEWS

---

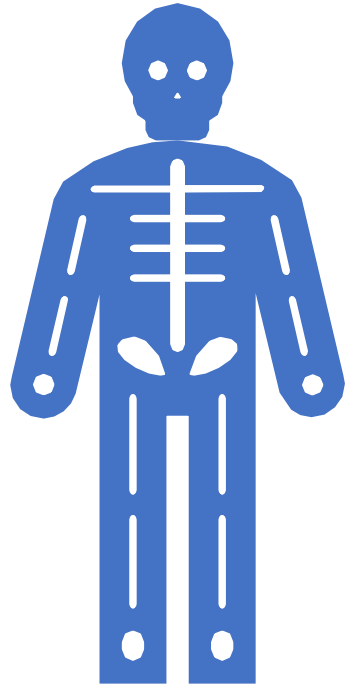
## New clinics for patients with severe late effects after COVID-19

The National Board of Health has made recommendations for organization and professional efforts in the event of late sequelae of COVID-19. The recommendations describe how and where in the health care system late effects must be investigated and treated.

03 NOV 2020

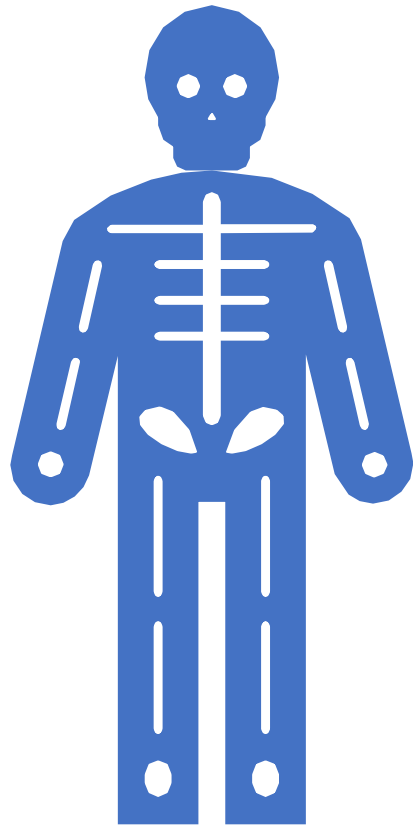
# Mikä on Suomen tilanne pitkän koronan suhteen?

- Huono
- Kansa ei tiedä juuri mitään pitkäaikaisvaikutuksista, koska viranomaisviestintä uupuu täysin
- Viranomaisilta puuttuu tilannekuva siitä, kuinka monella potilaalla on pitkä korona, koska suuri osa potilaista helmikuulta / maaliskuulta tai jopa aiemmilta kuukausilta on edelleen sairaana, eivätkä he päässeet testeihin tarpeeksi ajoissa, jotta koronavirus olisi saatu kiinni nenänielusta (25)
- Vasta-ainetestit eivät ole yksilötasolla luotettavia, koska kaikki eivät saa mitattavia tasoja / määriä vasta-aineita
- Lääkärit ovat neuvottomia tilanteen kohdatessaan, koska kliinisiä oirekuvia ei ole saatavilla. Ei tiedetä miten tämä diagnosoidaan eikä ole ohjeita siitä, mitä pitää tutkia
- **Mitä pitäisi tehdä?**



## Mitä tarvitaan potilaiden näkökulmasta:

1. Viranomaisviestintää pitkistä koronasta kansalaisille. Osa nuorista perusterveistä voi sairastua pitkäaikaisesti (+-240 päivää) SARS-COV-2:n aiheuttamaan infektiin.
2. Diagnostiset kriteerit, jotta covid-19-diagnoosi voidaan asettaa ilman varmentavia laboratoriotestejä.
3. Post covid -klinikoita. Nykyinen hoitopolku on aivan liian pitkä, koska tauti on monielininfektio (ei vain ylähengitystieinfektio).
3. Lisää tutkimusta pitkistä koronasta ASAP.
4. Pitää nimittää STM/THL-resursseja, jotka keskittyvät pelkästään pitkään koronaan.



## Pitkän koronan seuraukset:

1. Vielä ei tiedetä, jäävätkö nämä oireet pysyviksi osalle potilaista.
2. Pitkäaikaissairauksia, mahdollisesti jopa pitkäaikaistyökyvyttömyyttä myös nuorissa ikäluokissa, mikä tulee kovin kalliiksi yhteiskunnalle.
3. Mahdollisesti jopa elinajanodotteen lasku. (24)

**KIITOS!**





# Lähteet

1. <https://www.buzzfeednews.com/article/briannasacks/covid-long-haulers-who-coronavirus>
2. <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---21-august-2020>
3. <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---30-october-2020>
4. [www.apuakoronaan.fi/koronaviruksen-oireet](http://www.apuakoronaan.fi/koronaviruksen-oireet)
5. [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfXeRpKW-N3rGhdScqhz6svB3CVRPyWII\\_otVaMjQH6\\_pzY\\_g/viewanalytics](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfXeRpKW-N3rGhdScqhz6svB3CVRPyWII_otVaMjQH6_pzY_g/viewanalytics)
6. <https://www.potilaanlaakarilehti.fi/uutiset/pitkaan-oireilevien-covid-19-potilaiden-omakohtaista-tietoa-kannattaa-hyodyntaa>
7. <https://www.bloomberg.com/graphics/2020-opinion-covid-long-haulers-chronic-illness>
8. <https://patientresearchcovid19.com/research/report-1>
9. <https://edition.cnn.com/2020/09/15/us/long-haul-coronavirus-father-son/index.html>
10. <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/risk-comms-updates/update-36-long-term-symptoms.pdf>
11. <https://post.parliament.uk/short-and-long-term-health-effects-of-covid-19>
12. [https://apuakoronaan.files.wordpress.com/2020/08/2020\\_survivors\\_group\\_long\\_haulers\\_report.pdf](https://apuakoronaan.files.wordpress.com/2020/08/2020_survivors_group_long_haulers_report.pdf)
13. <https://www.nytimes.com/2020/10/22/well/family/coronavirus-symptoms-kids-children-long-hauler.html>
14. <https://apuakoronaan.files.wordpress.com/2020/11/wp-1604685049631.mp4> (WHO DR Tedros puhuu long covidista)
15. <https://www.sst.dk/da/Nyheder/2020/Nye-klinikker-til-patienter-med-svaere-senfoelger-efter-COVID-19>
16. <https://www.icuregswe.org/en/about-sir/nyheter/new-icd-codes>
17. <https://www.england.nhs.uk/2020/10/nhs-to-offer-long-covid-help>
18. <https://www.mountsinai.org/about/covid19/center-post-covid-care>
19. <https://edition.cnn.com/2020/07/19/health/long-covid-italy-uk-gbr-intl/index.html>
20. <https://www.thehindu.com/news/national/kerala/post-covid-clinics-opened-in-wayanad/article33041527.ece>
21. <https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-long-term-health-effects/covid-19-long-term-health-effects>
22. [https://www.huffpost.com/entry/kids-long-haul-covid-parents\\_15f5b81cec5b6b48507ff886d?guccounter](https://www.huffpost.com/entry/kids-long-haul-covid-parents_15f5b81cec5b6b48507ff886d?guccounter)
23. <https://www.irishtimes.com/news/world/europe/who-raises-alarm-over-widespread-and-enduring-damage-of-long-covid-1.4395763>
24. [https://www.eurekalert.org/pub\\_releases/2020-09/iifa-ccc091520.php](https://www.eurekalert.org/pub_releases/2020-09/iifa-ccc091520.php)
25. <https://www.duodecimlehti.fi/duo15670>
26. <https://www.gov.uk/government/news/health-secretary-warns-of-long-term-effects-of-covid-19-as-new-film-released>
27. <https://www.eatthis.com/fauci-long-hauler>