



• Reg.No. : Latur/0000014/2018 (XXI of 1860) • Reg. of Public Trusts - F-0024903 (LTR) (BOM.XXIX of 1950)

सुधाकरराव कुलकर्णी स्मृती प्रतिष्ठान



कोविडपश्चात आरोग्यसमस्या : निदान व उपचार



डॉ. शिरीष पाटील

फिजिशियन व अतिदक्षता तज्ज्ञ
संचालक, गॅलक्सी हॉस्पिटल, लातूर

कोविड पश्चात आरोग्य समस्या निदान व उपचार

इतर संबोधने

- दीर्घ कोविड
- दीर्घ हाऊल कोविड
- कोविड पश्चात
- कोविडचे दीर्घ परिणाम

व्याख्या :

कोरोनाची लक्षणे किंवा आजार



कोरोनाची लागण



कोरोना झाल्यापासून ३ आठवड्यांनंतर लक्षणे
नव्याने होणे / पुनः प्रस्थापित

चालूच राहणे



कोविड पश्चात

कोरोनाची लक्षणे खालील गोष्टींवर अवलंबून असतात

व्यक्तीची
प्रतिकार
शक्ती

संसर्गाची
तीव्रता

पेशंटने
घेतलेले
उपचार

कोरोनाची लागण झाल्यावर कुठलीही लक्षणे दिसली
नसतानाही कोविड पश्चात समस्या उद्भवू शकते.

संभाव्य धोका कुणाला असू शकतो

(High Risk People & Comorbid Conditions)

- ज्येष्ठ नागरिक
- मधुमेही
- रोगप्रतिकार क्षमतेचे आजार - अवयव प्रत्यारोपण झालेल्या व्यक्ती
- कर्करोग
- श्वासाचे आजार, दमा, निमोनिया, (interstitial निमोनिया) COPD
- लठ्ठपणा
- एड्स (HIV)
- धूम्रपान, मद्यपान यांच्या सवयी
- गरोदरपणा
- हृदयाचे आजार

कोविड पश्चात समस्यांची कारणे :

- प्रतिकार शक्तीची कमतरता किंवा अभाव असणे
- विषाणूची पुर्नलागण होणे
- मल्टी-सिस्टम दाहक सिंड्रोम (Multi-system Inflammatory Syndrome)
- दीर्घकाळ हॉस्पिटलमधील उपचाराचा कालावधी
- मानसिक तणाव

कोविड पश्चात : - ३०% लोक कोविडच्या संसर्गानंतर किंवा उपचारानंतर बरे होतात त्यांना बॅक्टेरीअल, बुरशी किंवा इतर (Secondary) इन्फेक्शन होऊ शकते.

कोविड पश्चात समस्यांची सामान्य लक्षणे :

- अंगदुखी, सांधेदुखी, डोकेदुखी
- रक्तातील साखरेचे प्रमाण वाढणे
- ताप येणे, थकवा येणे
- चव व वास नसणे
- श्वासोच्छ्वासास त्रास होणे
- खोकला येणे व छातीत दुखणे
- एकाग्रता, विचार क्षमता कमी होणे
- छातीत धडधड होणे
- उदासीनता (Depression) व मानसिक तणाव
- चक्कर येणे
- त्वचेवर पुरळ येणे



Shortness of breath



Anxiety



Chest pain



Cough



Allergy / Rash



Bodyache

कोविड पश्चातव्याधींमधील अवयवांवरील होणारे परिणाम :

फुफ्फुस (Lungs):

पल्मोनरी फायब्रोसिस (Pulmonary Fibrosis)

दीर्घकाळ ICU Stay

शरीरात Cytokines चे प्रमाण वाढणे

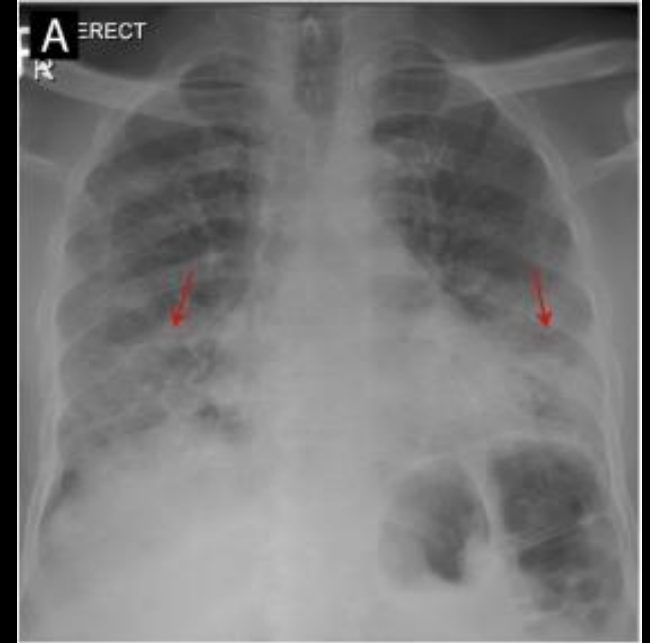
VGEF, IL6 चे प्रमाण वाढणे

तपासण्या :

Lymphopenia

पांढऱ्या पेशींची संख्या वाढणे

LDH चे प्रमाण वाढणे



परिणाम :

- Diaphragm चा ८०% सहभाग नॉर्मल श्वासोच्छ्वासात असतो
- आजार झाल्यावर श्वासाची पद्धत बदलते
- Diaphragm चा सहभाग कमी होतो व मानेचे, खांद्यांच्या स्नायूंची हालचाल वाढते.
- श्वासोच्छ्वास उथळ होतो (Shallow Respiration)
- थकवा येतो / दम लागतो / खूप ऊर्जा नष्ट होते.

श्वासोच्छ्वास नियंत्रित करण्याचे तंत्र :

उद्दिष्टे :

- श्वासाची पद्धत नॉर्मल करणे
- श्वासांच्या स्नायूंची क्षमता वाढवणे
- ऊर्जा वाचवणे
- थकवा व दम कमी करणे

प्रतिबंध :

- आधार घेऊन बसणे.
- श्वास हळुवार आत - बाहेर करणे.
- नाकातून श्वास आत घेणे व तोंडातून बाहेर सोडणे.
- छाती व खांद्याच्या स्नायूंना अराम देत पोटाचा भाग वाढू देणे (Abdominal Respiration).
- श्वास : उश्वास / Inspiration : Expiration 1 : 2 ठेवणे.
- ५ ते १० मिनिट हा व्यायाम दिवसातून ५ ते ६ वेळा करणे.

Pulse Oxy-Meter

6 Min. Walk Test

Incentive Spirometry



उपचार :

- १) Perfinidone - 400mg - दिवसातून तीन वेळा
- २) Nintenib
- ३) Prednisilone

हृदय :

१) Thromboembolism

निदान :

D-Dimer Test, 2D ECHO, CT Pulmonary Angiography

प्रतिबंध : हातापायाची हालचाल चालू ठेवणे

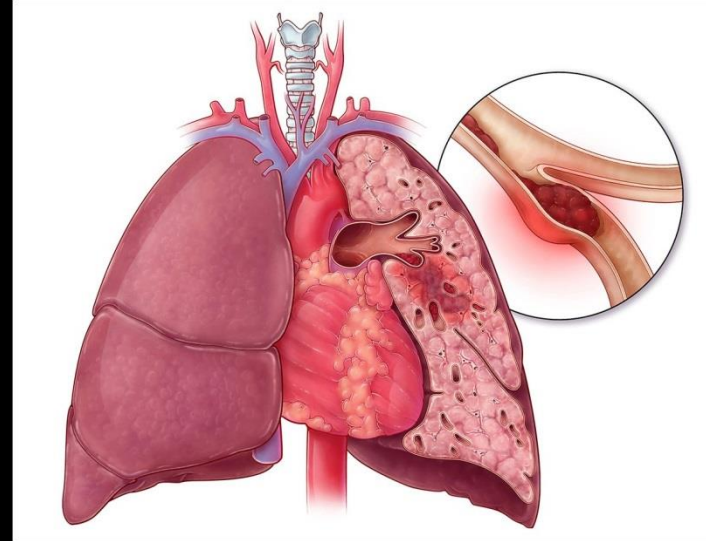
उपचार :

Anticoagulant औषध वापरणे

LMWH, Unfractionated Heparin

Tab.Dabigatran 110mg दिवसातून दोन वेळा

Tab. Rivaban 10mg दिवसातून दोन वेळा



२) Heart Attack (हृदयविकाराचा झटका)



३) हृदय बंद पडणे

४) हृदयाची कार्यक्षमता कमी होणे

तपासणी :

- १) ECG
- २) 2D ECHO
- ३) Troponin I Test
- ४) Pro BNP Test

उपाय योजना :

- १) शारीरिक श्रमाचे काम टाळणे.
- २) Heavy Exercise, वजन उचलणे ३ महिने टाळणे.
- ३) पायच्या चढ - उतार मर्यादित स्वरूपात करणे.
- ४) मानसिक ताण कमी घेणे.
- ५) व्यसन टाळणे.
- ६) संडास करताना जोर न देणे.
- ७) तळीव पदार्थ, स्निग्ध पदार्थ मर्यादित ठेवणे.

उपचार :

Tab. Ecosprin 75mg

Tab. Statins

मेंदूविकार :

Non Specific

- १) डोके दुखणे
- २) चक्कर येणे
- ३) हात व पायाला मुंग्या येणे

Specific

- १) पक्षाघात (Paralysis)
- २) Subarachnoid Hemorrhage
- ३) मेंदूमध्ये रक्तस्राव होणे
- ४) Encephalitis (भ्रमिष्ट होणे)
- ५) गोंधळलेली अवस्था होणे
- ६) मेंदू ज्वर (Meningitis)
- ७) Guillain Barre Syndrome

तपासण्या :

- १) CT Scan
- २) MRI Brain
- ३) EEG
- ४) CSF Study

प्रतिबंध :

- १) सावकाश उठणे
- २) पाण्याचे प्रमाण नियमित ठेवणे
- ३) व्यवस्थित झोप घेणे
- ४) जुनी औषधी चालू ठेवणे
- ५) त्वरित डॉक्टरांना दाखवणे

उपचार :

Tab. Ecosprin
Tab. Statins

Antibiotics
Antiviral Treatment

पायातील धमन्यांमध्ये रक्ताच्या गाठी तयार होणे :

तपासणी :

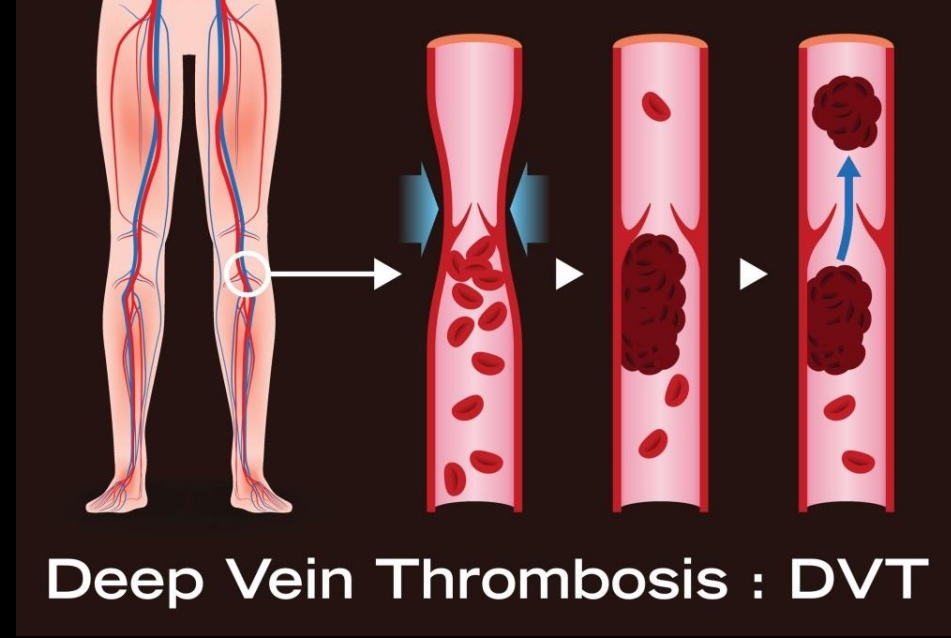
- १) अशुद्ध रक्तवाहिन्यांची Doppler Study करणे
- २) D-Dimer

प्रतिबंध :

- १) शरीराची हालचाल ठेवणे

उपचार :

रक्त पातळ करणारे इंजेक्शन
व
गोळ्या चालू करणे



पोटाचे विकार :

- १) भूक मंदावणे
- २) उलटी - मळमळ
- ३) जुलाब होणे
- ४) पोट दुखणे

उपाय योजना :

- १) हिरव्या पालेभाज्यांचा वापर
- २) प्रोटीन उक्त आहार
- ३) High Fibre Diet

त्वचेचे आजार :

१) Cellulitis



२) नागवेढा होणे



तपासण्या :

- १) सहभागी झालेल्या त्वचेचा Doppler
- २) Skin Biopsy

प्रतिबंध :

- १) शरीराची स्वच्छता बाळगणे
- २) रक्तातील साखरेचे प्रमाण तपासणे व नियंत्रणात ठेवणे

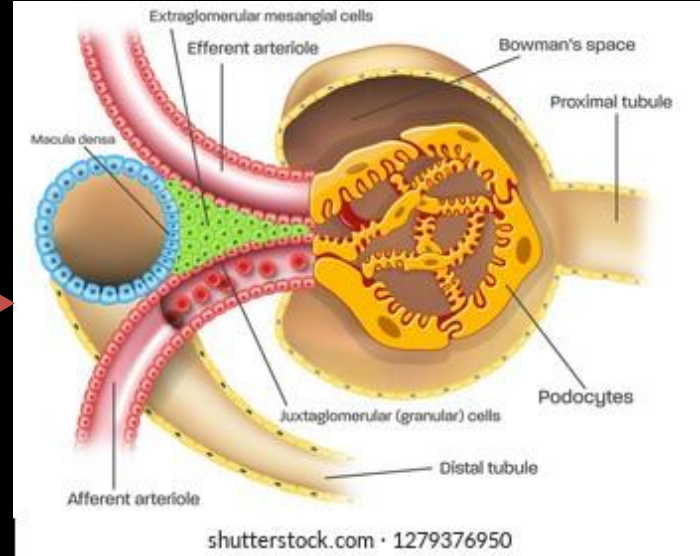
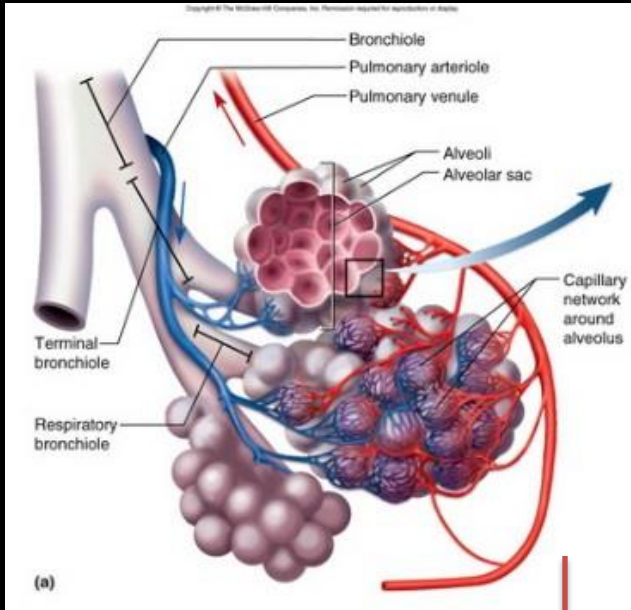
उपचार :

Antibiotics

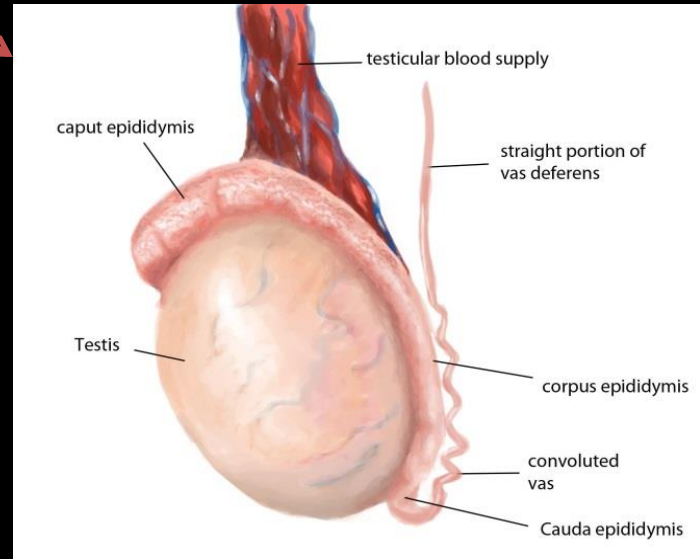
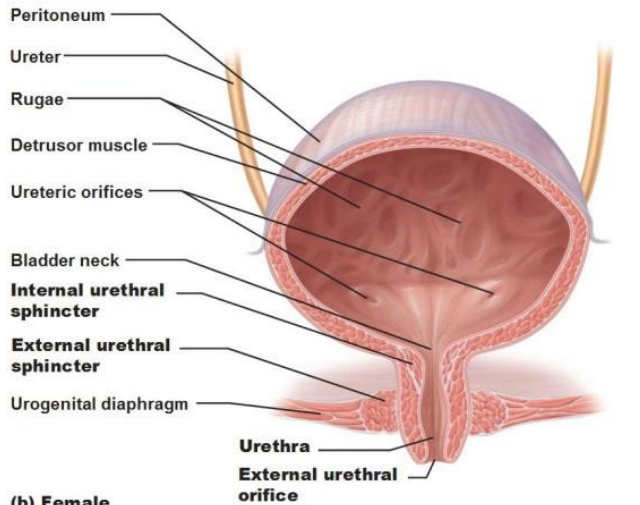
Anti Histaminicis

लघवीचे जंतू संसर्ग होणे

ACE 2 Receptors



Urinary Bladder and Urethra – Female



प्रतिबंधक उपाय :

- १) अंघोळीनंतर लघवीची जागा साफ करणे
- २) डॉक्टरांच्या सल्ल्याने भरपूर पाणी पिणे
- ३) लघवीला जळजळ होत असल्यास त्वरित दवाखान्यात संपर्क करणे

उपचार :

- १) Antibiotics
- २) लघवी सुखकर होणारी औषधी

मानसिक ताण – तणाव

औदासिन्य :

Trauma and Stress Disorders

काळजी / चिंता

व्यसनाधीनता

म्युकरमोयोसिस – Black Fungus - काळी बुरशी / म्युकोरेल बुरशी

प्रकार

- १) त्वचेचा
- २) रायनो सेरेब्रल - Sinus and Brain
- ३) फुफ्फुसाचा
- ४) पोटाचा
- ५) प्रसारीत (Disseminated)

लक्षणे :

ताप येणे

एका बाजूने डोकं कमालीचं दुखणे

नाक चोंदल्याचे वाटून नाकातून श्वास घ्यायला त्रास होणे
नाकातून पाणी किंवा द्रव येणे

नाकाच्या वरच्या बाजूवर
कपाळाखाली किंवा
तोंडामध्ये टाळूवर काळे
व्रण दिसून येणे



चेहऱ्याच्या एका बाजूला
गालाच्या हाडावर सूज येणे



डोळ्याच्या बाजूला काळे व्रण येणे



संभाव्य धोका :-

- १) मधुमेही, Diabetic Ketoacidosis
- २) आयर्न चे प्रमाण वाढणे
- ३) पांढऱ्या पेशी कमी असणे
- ४) कर्करोग
- ५) अवयव प्रत्यारोपण
- ६) प्रतिकार क्षमता कमी करणाऱ्या औषधी
Immune Suppressant

संसर्ग

Comorbid
Conditions
मधुमेह

Steroids
Ferritin

घर
AC
गालिचे
पडदे
दमट भिंती

हॉस्पिटल
ऑक्सिजन ट्यूब

मास्क
चुकीचा
वापर

प्रसार -

बुरशीचे बीजाणू → तोंडातून नाकातून → Sinuses → डोळ्याच्या
खोबणी → Cavernous Sinuses → मेंदू

निदान :

CT PNS

MRI

प्रतिबंध :

- १) फेस मास्क रोज बदलणे किंवा स्वच्छ धुणे
- २) गळण्या करणे
- ३) तोंडाचा व नाकाचा भाग स्वच्छ ठेवणे
- ४) Mouth Wash
- ५) सौम्य प्रकारच्या कोविडमध्ये Steroids चा वापर टाळणे,
व इतर प्रकारात मर्यादित स्वरूपात व
आवश्यकतेनुसार वापरणे

उपचार :

१) रक्तातील साखरेचे नियंत्रण ठेवणे

आहार

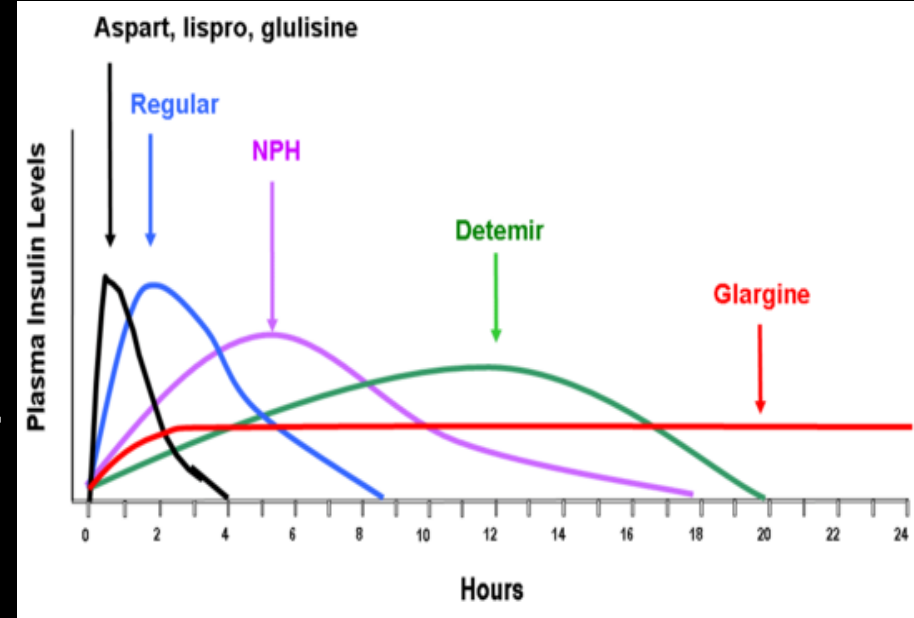
Steroids Postprandial Hyperglycemia

उद्दिष्टे

उपाशीपोटी - ९० ते १४०

जेवणानंतर - १४० ते १८०

रक्तातील साखरेचे प्रमाण कमी
करणारे औषधी



Basal Bolus Regimen

1) Posaconazole – 300mg - दोन वेळा

2) Liposomal Amphotericin B – 5 to 10mg /kg/day –

दोन आठवडे

3) शस्त्रक्रिया

अ) अंतर्गत भागातील बुरशी साफ करणे

ब) हाडांची शस्त्रक्रिया

क) डोळ्याच्या खोबणीची शस्त्रक्रिया

ड) बहुतेक वेळा एकापेक्षा जास्त शस्त्रक्रिया

रेडिऑलॉजिस्ट

पॅथॉलॉजिस्ट

फिजिशियन

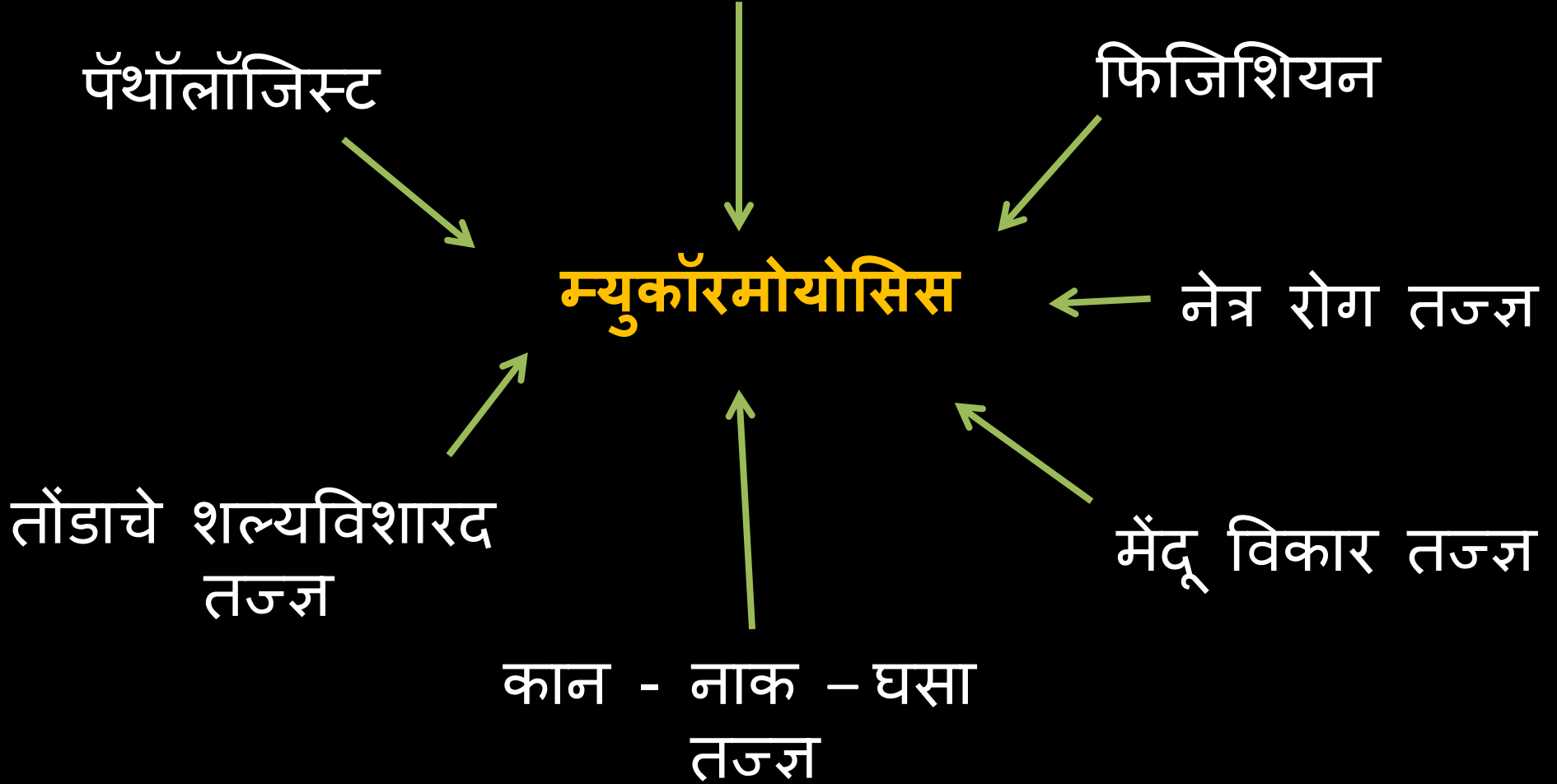
म्युकरमोयोसिस

नेत्र रोग तज्ज्ञ

तोंडाचे शल्यविशारद
तज्ज्ञ

मेंदू विकार तज्ज्ञ

कान - नाक - घसा
तज्ज्ञ



Take Home Message

- १) कोविडमधून बरे झालात, याचा अर्थ ठणठणीत झालात असे समजू नका. सार्वधगिरी टाळू नका.
- २) कुठल्याही सामान्य लक्षणाकडे कानाडोळा न करता त्यावर डॉक्टरांचा त्वरित सल्ला घ्या.
- ३) रुग्णालयातून डिस्चार्ज मिळाल्यानंतर ५ दिवसानंतर आवश्यक त्या तपासण्या करून डॉक्टरांना दाखवणे अनिवार्य आहे.
- ४) रक्तातील साखरेचे प्रमाण नियंत्रणात ठेवण्याने बऱ्याच कोविड पश्चात संसर्गाना व व्याधींना अटकाव करता येतो.
- ५) रुग्णालयातून डिस्चार्ज मिळाल्यानंतर दिवसातून एक वेळा ताप मोजणे व Pulse Oxy-meter ने नाडीचे ठोके व ऑक्सिजनचे प्रमाण तपासणे.

- ६) नियमित आहार, रोज झेपेल तितका व्यायाम व पुरेशी विश्रांती ही त्रिसूत्री आपणास निरोगी राहण्यास मदत करेल.
- ७) सर्व प्रकारच्या व्यसनांपासून दूर राहणे.
- ८) संसर्गाची तीव्रता कमी ठेवण्यासाठी सोशल डिस्टेंसिंग, मास्कचा वापर व लसीकरणस प्रोत्साहन ही त्रिसूत्री आज तरी बंधनकारक आहे.
- ९) कोविड सोडून इतर काही आजार आहेत, जे देखील तितकेच महत्वाचे आहेत. कोविडच्या बाबतीत ठेवलेली सतर्कता, इतर आजारांच्या बाबतीतही ठेवावी.

धन्यवाद!