

En infektionsläkares syn på Covid - 19

Olle Karlström, utredare på Effekt och säkerhet på Läkemedelsverket och infektionsläkare på Karolinska, ger oss en lägesbild av Coronaviruset och hur vi bör tänka för att tillsammans hjälpas åt att förhindra smittspridningen.

Sjukdomssymptomen är milda för den absoluta majoriteten

Det faktum att spridningen av SARS-CoV-2 går så snabbt gör att flertalet som smittas borde ha milda symptom, och nu vet vi att så är fallet. De siffror på "antalet smittade" och antalet döda som rapporterats dagligen på nyheterna är väldigt missvisande. I Wuhan där det hela startade kan man utgå ifrån att en mycket stor del av befolkningen (11 miljoner) är smittad, inte 80.000 som man uppger i nyheter; man har bara testat de med svårare symptom. Kanske har 3-4 miljoner smittats där, snarare. Antalet avlidna stämmer nog däremot ganska väl.

Wuhan är en tätbefolkad storstad, och min bild är att generationsboende är vanligt i Kina, dvs mormor/morfar bor tillsammans med barn och barnbarn. Ett effektivt sätt för snabb spridning till riskgrupperna, det vill säga de äldre.

Detta styrks av det vi hittills sett på Karolinska sjukhuset, där jag arbetar på infektionskliniken halva min arbetstid. Initialt uppmanades personer med luftvägssymtom som kommit hem från riskområde (framför allt Italien) att testa sig. Av de cirka 250 personer som testat sig positivt har i stort sett alla haft vanliga förkylningssymtom, eller symptom som vid lättare influensa. Av dessa har i stort sett ingen behövt läggas in av medicinska skäl i samband med testning, och av de som skickats hem för karantän har i stort sett ingen senare behövt söka vård på grund av svårare symptom.

Våra svenska data, som är hämtade "från botten" av pyramiden som vi ser bilder från i Kina och Italien, visar att sjukdomssymptomen är väldigt milda för den absoluta majoriteten. Den stora majoriteten av de som fått svår sjukdom, och avlidit, i Kina och Italien, är gamla (80+) och oftast med viss grundsjuklighet.

Det är därför viktigt att förstå att kommande året kommer en stor andel av svenska befolkningen att ha fått smittan, de flesta utan att de märkt det annat som en vanlig förkylning. Det finns inget sätt att förhindra detta. En liten andel kommer att få svår sjukdom, och i stort kommer det att gälla de gamla och sjuka. Barn har inte drabbats av svår sjukdom trots att de säkerligen blivit smittade i hög grad utomlands i Kina och Italien.

Stanna hemma om du är sjuk

Alla uppmaningar och åtgärder som görs nu har ett enda syfte: att få spridningen (som kommer att ske) att gå i långsammare takt så att den lilla andel personer som blir svårt sjuka kan tas omhand på ett bra sätt inom vården, och inte kommer in i för stort antal under kort tid.

Många är nu rädda att själva bli smittade med bilderna från Italien på näthinnan, och stannar hemma av denna anledning. Det är förståeligt, men fel tänkt. Vi skall fortsätta gå till jobbet, men gå hem när vi känner oss förkylda.

Barnen skall, åtminstone nu, gå till skolan, men vara hemma när de är förkylda. Då skall man inte heller gå till annat/affären och smitta där istället. Allt i solidaritet med de äldre sjuka, av nämnda skäl. Farmor/farfar eller mormor och morfar skall inte ta hand om barnen.

I Italien har spridningen säkerligen varit igång betydligt längre än vad som uppgivits, och spridning skedde tidigt (utan att man förstod det) även bland sjukvårdspersonal och på sjukhus. De åtgärder som görs nu i Italien har sannolikt liten påverkan på det fortsatta förloppet. Även här bor folk tätare

än i Sverige, man umgås på barer, caféer och närheten till den äldre generationen kan nog vara annorlunda än i Sverige. Vårt glesa land, där våra äldre sköter sig själva eller bor inom omsorgsboende kan kanske vara till vår fördel den här gången, så länge omsorgspersonalen bara arbetar om de är friska.

Vad tror du är det mest effektiva sättet att förhindra smitta just nu?

- Inte vara på arbete och skola om man är förkyld, och då är det Netflix som gäller – inte leka med kompisar hemma, eller slinka förbi ICA.
- Vänta till och med två dagar efter att du känner dig frisk innan du återgår till arbete eller skickar barn till skolan.
- Tvätta händerna när man kommer till jobbet, när man skall äta, och när man kommit hem från jobbet.
- Undvika att träffas om man är förkylda. Vanligt sunt förnuft.

Man skall inte undvika att gå till jobbet, träffa vänner och leva som vanligt så länge man inte har såna besvär. Små barnbarn kanske skall säga hej till mormor via Skype snarare än att man träffas inomhus. Ta chansen att börja cykla och gå till arbetet – det är toppen av fler skäl.

Det är viktigt att förstå, att den avancerade skyddsutrustning som används nu på infektionsklinikerna är till för att förhindra att smitta tar sig via personal till avdelning och andra patienter, inte för att skydda personalen i sig. Vi kommer i lika hög andel som andra att bli smittade. På ICA, bussen eller nåt annat ställe där vi plockar upp våra förkylningar.

En medarbetare är konstaterad smittad på LV, behöver jag vara orolig för att gå till jobbet?

Självklart inte, och jag hoppas att beskrivningen ovan gör det begripligt. Observera att sjukvården nu ändrar sina provtagningsrekommendationer. Vi kommer bara att ta prover vid medicinska skäl till det. Det vill säga precis som vi brukar ta prover vid luftvägsinfektion, vid ställningstagande till behandling för eventuell lunginflammation och vid inläggning på sjukhus.

Sjukvård/omvårdnadspersonal kommer att testas redan vid förkylningssymptom, för att i möjligaste mån hålla bort viruset från omsorgsboenden och sjukhus, där riskgrupperna för svår sjukdom finns.

Skulle du själv resa utomlands just nu?

Nej, nu kommer ju svenska våren. Hörde första bofinken idag. Och det är nog tråkigt att åka utomlands i detta nu, med den påverkan på allt som råder. Men smittan, den kommer att rulla på även hemma. Långsamt om vi hjälps åt.

Vad är egentligen Covid-19?

Familjen Coronavirus (CoV) finns sedan länge i människa. Det finns ett flertal olika stammar och Coronavirus utgör en andel av de virus som ger oss vanlig förkylning. På senare tid har för människan tre nya Corona-stammar tagit sig över till människa från djurriket, virus som vi inte har någon immunitet mot.

2002 var det en mindre epidemi med Corona där sjukdomen benämndes SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) i fr.a. Kina, men även bl.a. Kanada hade ett antal fall. Detta virus, som kallas

SARS-CoV, gav svåra symptom hos en stor andel av de som blev sjuka, och mortaliteten var hög. Viruset dog ut – ett virus som ger så svåra symptom sprids sällan effektivt i befolkningen (man går inte runt och smittar det i form av vanlig förkylning).

2012 kom nästa coronavirus, med ursprung i Saudiarabien. Smittkällan var kameler. Detta virus orsakar uttalad luftvägssjukdom, och människa-människa smitta har varit sparsamt förekommande, och egentliga utbrott har inte skett. Sjukdomstillståndet kallades MERS (Middle East Respiratory Syndrome) och viruset kallas MERS-CoV.

Nu har vi det tredje viruset här, där viruset benämns severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2), och sjukdomen "COVID-19" (COrona VIRal Disease). Spridningen är helt annorlunda, och bilden har blivit väldigt skrämmande, med bilder från kaos i Kina och Italien. Sjukdomsbilden med de tidigare två virusen har förstärkt ökat oron. Den kliniska bilden är för den absoluta majoriteten helt annorlunda än för de andra två, oftast med symptom som vanlig övre luftvägsinfektion, men där en liten andel, framför allt äldre, får uttalad lungpåverkan.