

## KORONAVİRUS – DOÇ. DR. NESRİN ÖCAL ANLATTI

Kovid – 19 pandemisi devam ediyor, dünya genelinde vaka ve ölüm sayıları da her gün artıyor. Salgın devam ederken yeni sorular ve yeni cevaplar ortaya çıkıyor.

Radyo Trafik ortak yayınında biz de kimi soruların cevapları için Sağlık Bilimleri Üniversitesi (SBÜ) Gülhane Tıp Fakültesi Öğretim Üyesi Göğüs Hastalıkları Uzmanı Doç. Dr. Nesrin Öcal'a danıştık.

### VİRÜS VÜCUDUMUZA NELER YAPIYOR?

Doç. Dr. Nesrin Öcal'a ilk sorumuz virüsün akciğerlere inme durumunda vücutta ne gibi değişimlere yol açtığı oldu:

*“Hastaların pek çoğunda akciğere doğru bir yayılım söz konusu. Yani üst hava yollarından alt hava yollarına doğru bir yayılım söz konusu oluyor. Şimdi bu aşamada birkaç nokta birden etkiliyor akciğeri. Birincisi; virüsün gerçekten gidip akciğerde bir enfeksiyon yani viral pnömoni dediğimiz virüse bağlı zatürre tablosu oluşturması durumu var. Yani virüs akciğere yerleşerek orayı enfekte ediyor ve doku hasarı oluşturmaya başlıyor. İkincisi; bu yakın zamanda aslında gündeme geldi ve bunu tedavi algoritmalarımıza da ekledik. Virüs, yine oluşturduğu yoğun iltihaplanmayla beraber küçük pıhtılar oluşturabiliyor akciğerlerde. Yani akciğerlere giden damarlarda çok küçük – mikro tromboz dediğimiz-mikroskobik boyutta pıhtılar oluşturuyor ki bu da akciğerin kanlanmasını bozuyor. Bu kanlanma bozulmasından dolayı da akciğerdeki zatürre daha ağırlaşıyor ve solunum yetmezliği tablosu ortaya çıkmaya başlıyor. Solunum yetmezliği akciğerde bir zatürre tablosu oluşturuyor. Daha da ağırlaşmış yani tedaviye iyi yanıt alınamayan olgularda ise artık o kadar çok iltihaplı hücre vücutta hakimiyet kuruyor ki, artık bu iltihaplı hücreler en çok akciğerde bulunuyor, akciğerin kendi kendine de zarar vermeye başlıyor. Yani virüsle savaşacak olan vücudumuzun bağışıklık hücreleri, küçük moleküler hücreler, akciğerin kendi dokusuna da zarar vermeye başlıyor. Zaten ARLS dediğimiz yoğun bakımda solunum cihazına bağlı, ölüm oranlarının daha yüksek olduğu hasta grubu maalesef bu grup. Az miktarda hastada tüm tedavilere rağmen buraya doğru ilerleyebiliyor hastalık. Çok geniş bir marjda yani tamamen asemptomatik kişilerden ileri boyutta solunum yetmezliğine neden olabilecek geniş bir yelpazede karşımıza çıkıyor bu Kovid-19 hastalığı.”*

### “ERKEKLERDE BİR AZ DAHA AĞIR SEYREDİYOR GİBİ GÖRÜNÜYOR”

Kovid – 19 salgınının ilk evrelerinde hastalığın daha çok ileri yaşta kişiler ile kronik rahatsızlığı olanları etkilediği belirtiliyordu. Ölüm oranları bu gruplarda fazla olsa da artık hastalığı genç yaşta kişiler bile ağır geçirebilenler olduğu görülebiliyor. Hatta yaygın olmasa da genç yaş ve kronik rahatsızlığı olmayanlarda da ölüm görülebiliyor.

Salgının bu açıdan gelişiminde Göğüs Hastalıkları Uzmanı Doç. Dr. Nesrin Öcal'ın yorumlarına başvuruyoruz. Kendisi aktif olarak Kovid – 19 hastaları ile de ilgilenen bir hekim olarak bu konuyu şu sözlerle yorumluyor:

*“Virüs yükü diye bir şey var, bu çok önemli. Yoğun virüs yüküne maruz kalmış kişilerle, hastalıkla ilişkili yeni tanı almış ancak daha düşük virüs yüküne maruz kalmış kişinin seyri farklı oluyor. Yine kişisel gözlemim, tabii bunları daha net iddia edebilmek için çok daha fazla vakada uzun dönem sonuçları görmek lazım; ama gerçekten erkeklerde biraz daha ağır seyrediyor gibi görünüyor şu an*

*için tablo. Mesela aile olarak takip ettiğimiz hastalar var, tüm aile pozitif, hepsini takip ediyoruz. Babada biraz daha ağır seyredebiliyor ama bu bilimsel bir veri değil, yani kişisel bir klinik gözlem neticesinde söylediklerim. Ama ölüm oranlarına baktığımızda erkeklerde biraz daha yüksek. Bunun haricinde genç hasta olduğu halde ya da bilinen bir kronik hastalığı olmadığı halde kötü seyredebilen hastalar da var. Bunu genelleyemeyiz ama ‘Hiçbir genç hastayı kaybetmiyoruz!’ ya da ‘Ağır seyretmiyor!’ demek çok yanlış olur. İleri yaş ya da kronik hastalığı olduğu halde çok iyi seyreden, çabuk toparlayan hastalarımız da var. Bugün hatta bir hastamızı taburcu ettik. Hastamız, lenfoma hastası, aktif bir kanser hastası ve kemoterapi altında bağışıklığı baskılanmış bir hastaydı, çok iyi bir yanıt aldık. Hiçbir klinik komplikasyon görmedik ve hastamızın taburculuğunu planladık. Bu da mesela yüzümüzü güldüren ellili yaşlarında bir hasta, lenfoma hastası üstelik. Böyle durumlar da oluyor. Yani genel olarak bu vurguladığımız; ileri yaş çoklu hastalıklar falan tabi ki ortalama üzerinden ya da yüzdeye vurursak bu kişilerde daha ağır seyrediyor, ama çok da buna uymayan vakalar bizim de karşımıza çıkıyor maalesef.”*

#### **“DİREKT AKTİF DAMLACIKLA BULAŞMA İHTİMALİ DAHA YÜKSEK”**

Yeni tip koronavirüse bağlı yaşanan rahatsızlıklarda “virüs yükü” kavramının hastalığın seyrinde önemli bir etken olduğu biliniyor. Öcal’a biz de hem bunun detaylarını soruyoruz hem de virüse maruz kalma oranının en çok hangi durumlarda oluştuğunu öğreniyoruz:

*“Bu daha çok damlacık yoluyla, o damlacığın içerisinde birikmiş olan virüs yükü ile bulaşıyor. Yani bu damlacıktan kastettiğimiz; bizim konuşurken, öksürürken, hapsirirken dış ortama, solunum yollarımızdan ve ağızımızdan dış ortama yayılan belki bir kısmını gözle gördüğümüz ama gözle görmediğimiz büyük bir kısmı da olan küçük ve havada bir miktar asılı kalan damlacıklar. Eğer bu damlacıkları yakın mesafede başka bir kişi, virüslü enfekte damlacıkları solunum yollarına inhale ederse, o kişinin solunum yollarına girerse zaten bu şekilde yayılarak ilerliyor. Yine bu damlacıklarla kirlenmiş yüzeylere temas... Mesela kişi öksürdü ya da kendi enfekte bir kişi elini ağızına, burnuna sürdükten sonra o aynı eliyle başka bir malzemeye dokundu. Hemen arkasından kısa bir süre içerisinde virüsü enfekte olmamış bir kişi o bölgeye ya da o yüzeye temas etti. Sonra ellerini yine yıkamadan kendi ağızına, burnuna götürdü. İşte bu da dokunarak solunum yollarına ulaştırmış oldu virüs yüklü damlacığı. Aslında birebir bulaşma riski hangisinde daha yüksek dersiniz solunum yolu direkt aktif damlacıkla bulaşma ihtimali daha yüksek ama temas yolu ile de bulaşma ihtimali mevcut.”*

#### **“SİGARADAN HATTA SİGARA DUMANINDAN UZAK KALINMASI ÖNEMLİ BİR TEDBİR”**

Yeni tip koronavirüs önemli bir akciğer rahatsızlığı oluşturabiliyor. Doç. Dr. Nesrin Öcal da bu durumun ciddiyetinden bahsetti. Peki, böyle bir olasılık karşısında alabileceğimiz bir önlem ya da bu duruma özel olarak yapabileceklerimiz var mı?

Doç. Dr. Nesrin Öcal anlatıyor:

*“Şimdi akciğerle ilgili söyleyeceğim öncelikle sigara içmek. Bu virüs hastalığına hem yakalanma hem de ağır seyretme bakımından kanıtlanmış olarak kötüleştirici bir faktör. Kişinin sigara ile ilişkili durumunun devam etmesini zaten hiçbir zaman önermeyiz. Ancak bu dönemde çok daha büyük bir risk. Sigaradan uzak kalınması hatta sigara dumanından uzak kalınması önemli bir tedbir. KOAH,*

*astım gibi bizim kronik akciğer hastalığı olanlar zaman zaman sorular soruyorlar. Onların ilaçlarını düzenli kullanmalarını mutlaka yine bu dönemde öneriyoruz. Hiç aksatmadan mevcut nefes açıcı tedavilerini düzenli kullanmalarını öneriyoruz. Bulunan ortamı havalandırmak, aşırı sıcak ya da soğuk ortamda ya da çok nemli ortamda bulunmamak yine koruyucu olabilir. Beslenme olarak akciğerle ilgili özel bir diyet yok ancak, dengeli, c vitamini içeren mutlaka beslenme alışkanlıklarına dikkat etmek alınabilecek genel tedbirler.”*

### **VEREM VE KIZAMIK AŞISININ KOVİD – 19’DA ETKİSİ**

Kovid – 19 salgını devam ederken farklı kaynaklardan farklı haberler geçilmeye de devam ediyor. Son günlerde kızamık ve verem aşılının uygulandığı toplumlarda koronavirüs vakalarının daha az olduğu ya da hastalığa yakalananların seyri daha iyi görüldüğü yönünde haberler yapılıyor. Peki, bu durum ne kadar gerçeği yansıtıyor? Bu soruyu da Göğüs Hastalıkları Uzmanı Doç. Dr. Nesrin Öcal’a yöneltiyoruz. Aldığımız cevap şu oluyor:

*“Aşılama, özellikle kızamık, verem yani zaten bebeklik, çocukluk çağında yapılan aşılama uygulamaları bunlar. Aşılama, genel baktığımızda virüs aşılı; zayıflatılmış halde bir mikrobu vücuda daha önceden tanıtarak bağışıklık sistemini önden o mikroba karşı hazırlamak. Genel prensibi budur aşılanmanın. Burada da yani birebir bu mikrop olmasa bile aşılamayla vücut direncinin bağışıklık sisteminin bu tür enfeksiyonlara yanıtının hazırlanmış olması gerçekten mantıklı bir hipotez. Tabi ki yine aynı noktaya dönüyorum. Bununla ilgili kesin bir bilimsel bir veri ya da bilgi verebilmek için yine uzun dönem istatistiksel olarak anlamlı sonuçları görmek lazım. Ancak toplumsal olarak şu anki durumlara baktığımız zaman aşılama programlarını düzenli yapan ülkelerde virüs sayısı, enfekte hasta sayısı çok olsa bile ölüm oranları daha az gibi görünüyor, bu dolaylı yoldan etkilemiş olabilir gerçekten aşılama programlarını. Bir de özellikle tüberküloz, verem aşısı için söyleyebileceğim şöyle bir nokta var; verem aşısı yine kişilerin verem olmasını yani tüberküloz olmasını aslında %100 olarak önlemiyor tabi ki . Ancak bağışıklık sistemini buna hazırlayarak tablonun ağır geçirilmemesini ya da ağır bir hastalığa dönüşmesinin önüne geçiyor. Dolayısıyla da akciğerlerde ağır bir verem tablosu toplumda yaygın olarak ortaya çıkmazsa ki veremde çok yüksektir, kalıcı hasar bırakma oranı akciğerlerde daha az ortaya çıkmaya başlıyor. Yani toplumsal olarak verem hasarı dediğimiz, tüberküloz hasarı dediğimiz tablolar akciğerde daha az görünmesine neden oluyor dolayısıyla da daha sağlıklı bir akciğer ortaya çıkıyor. Yani kalıcı hasarlanmış, bölüm bölüm bazı alanları yıkılmış bir akciğerin üzerine bir de Kovid enfeksiyonu eklendiğinde tabi ki gideceği nokta çok daha dramatik olacaktır. Ancak ağır bir verem enfeksiyonu yani ağır kalıcı akciğer hasarları görülmeyen bir toplumda dolayısıyla da ağır zatürre tabloları görülmemesi beklendik bir durum. Yani dolaylı yoldan da etkili olabilir bu virüs aşılı ve verem aşılı açıkçası”*

### **“HERKESİN MASKE TAKMASI GEREKİYOR”**

Son olarak Göğüs Hastalıkları Uzmanı Doç. Dr. Nesrin Öcal maske kullanımı konusunda dikkat edilmesi gerekenleri anlatıyor ve korunma konusundaki önerilerini aktarıyor:

*“Maske takılması konusu... İlk başlarda hem Dünya Sağlık Örgütü hem de biz çok önermiyorduk. Çünkü vaka sayısı azdı. Sadece şikayeti olan; öksürük, hapşırık gibi solunum yolu şikayetleri olanların takması, yani etrafa yaymaması için bir tedbirdi. Ancak şu anda pandemi çok ilerledi. Artık herkes*

*potansiyel bir enfekte olarak kabul edildiği için herkesin hastaymış gibi davranarak kendini korumaktan ziyade dışarıya bulaşmayı azaltmaya yönelik maske takması gerekiyor. Burada yapabileceğimiz en iyi şey maske takmak. Tabi maskeyi de doğru takmak. Ben markette falan bazen görüyorum ağızlarında maske var ama burunları açıkta insanların ya da maskeli olduğu halde elleyip o maskenin dış yüzüne temas edebiliyorlar. Yani maskeyi doğru kullanmak, sık değiştirmek... Elleri ise hijyen kurallarına dikkat ederek mutlaka bu 20 saniye yıkama nerileri doğrultusunda detaylı bir şekilde temizlemek yapabileceğimiz en iyi korunma yöntemleri. Bu söylediğim tabi dışarı çıkmak zorunda olan kişiler için. Ama mümkün merteye en iyi tedbir evde kalmak tabii ki..."*