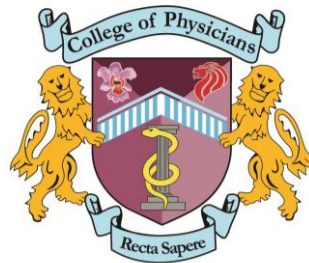




ACADEMY OF MEDICINE  
SINGAPORE



CHAPTER OF RHEUMATOLOGISTS  
COLLEGE OF PHYSICIANS  
SINGAPORE

APRIL 2020

## 风湿病患者指南

# 冠状病毒 19 疾病指南

鉴于新加坡和世界各地的冠状病毒 19 疾病大流行，新加坡风湿医学院发布了一项指南，以保护患有自身免疫性疾病患者使用免疫抑制药物的安全。

### 您是否应该停止服药，以防万一？

不可以。您应当继续服用您的药物，除非您的风湿病医生或主治医生另有指示。

如果您出现任何感染症状，您应立即寻求医疗护理。如果您患有任何呼吸道疾病症状，医生也给您开了五天病假，无论您的症状有多轻微，法律要求您必须居家隔离。

在感染持续期间，您可以暂停免疫抑制药物，直到您感觉良好，并咨询过风湿病服务部门为止。您的风湿病医生会建议您何时重新开始治疗。您不可以突然停止使用类固醇。突然停止使用类固醇可能会导致您容易患上自身免疫疾病，使身体承受更大压力，并进一步增加感染冠状病毒 19 的风险。

如果您感染了冠状病毒 19，并且仅出现轻度症状，通常继续使用羟氯喹和柳氮磺胺吡啶是安全的。如果您对风湿病药物有任何疑问，请咨询您的风湿病专家以寻求建议。

### 疫苗接种

如果您年满 65 岁或以上，正在服用免疫抑制剂或有长期的健康问题（有或没有冠状病毒 19 的威胁），您应遵守当地的疫苗接种建议。如果您没有接种过常年流感疫苗，建议您尽快这样做。如果您以前没有接种过肺炎球菌疫苗，你也应该这样做。

## 如何确保自己和亲人的安全

保持手部卫生至关重要。一般原则是经常通过用肥皂和水洗手保持双手的清洁，或在接触任何表面后，使用酒精搓擦双手。

实行社交距离很重要，因为它可以减少传播的风险并减慢病毒的传播。为此，请与他人保持至少 1 米的距离，并尽量减少面对面的互动。请避开人多的地方或参加任何超过 10 人的聚会。我们不鼓励实际的问候，例如握手。进餐时，彼此应保持至少 1 米的距离，并避免自助餐。

如果您已年满 60 岁，或患有其他疾病，包括糖尿病，先前存在的肺部疾病，肾脏疾病，心脏病或高血压，通常感染的风险会较高。

## 门诊预约的推迟或更改

风湿病诊所可能会建议一些人将门诊预约推迟到风湿病医生认为安全的其他日期。您的例行咨询也可能被电话预约取代。这是为了减少面对面的预约以及避免不必要的医院环境接触。

### 参考资料

1. <https://www.moh.gov.sg/covid-19/advisories-for-various-sectors>
2. <https://www.moh.gov.sg/covid-19/faqs>
3. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

### **PUBLISHED: APRIL 2020**

Chapter of Rheumatologists  
College of Physicians, Singapore  
Academy of Medicine, Singapore  
81 Kim Keat Road  
#11-00 NKF Centre  
Singapore 328836