

Recipienții cu transplant și epidemia de Covid-19

I. DESPRE CORONAVIRUS

Ce este coronavirusul?

Coronavirusurile sunt denumite după proiecțiile de pe suprafața lor care seamănă cu o coroană ce poate fi observată prin microscopie electronică. Tulpinile de coronavirus afectează în mod predominant animalele; totuși, unele sunt capabile de a cauza infecții și în cazul oamenilor.



Ce este COVID-19?

Noul coronavirus (SARS-CoV-2) a fost identificat în China la sfârșitul anului 2019. Până în prezent, a cauzat îmbolnăviri în majoritatea țărilor din lume. Inițial, era denumit 2019-nCoV (noul coronavirus); apoi, la recomandarea Organizației Mondiale a Sănătății (WHO), a fost redenumit SARS-CoV-2 pe baza legăturii sale cu coronavirusul anterior SARS-CoV (Severe Acute Respiratory Syndrome – Sindrom respirator acut sever). Boala cauzată de acesta se numește COVID-19 (boala cauzată de coronavirus 2019).

Cum se răspândește coronavirusul?

Transmiterea de la om la om

Modul principal de transmitere a coronavirusului este de la om la om:

- ✚ Prin contactul apropiat, între oameni aflați la 1,5–2 metri unul față de altul.
- ✚ Prin stropi când o persoană infectată tușește, strănută sau vorbește. Acești stropi pot ajunge în gurile oamenilor din apropiere sau pot fi inhalați.
- ✚ Conform studiilor recente, este posibil ca boala COVID-19 să fie transmisă și de oamenii care nu prezintă aparent niciun fel de simptome.
- ✚ Pentru a opri răspândirea virusului, este esențial să păstrăm o distanță corespunzătoare (aproximativ de la 1,5 până la 2 metri) între noi.



Răspândirea de pe suprafețele sau obiectele contaminate cu virusul

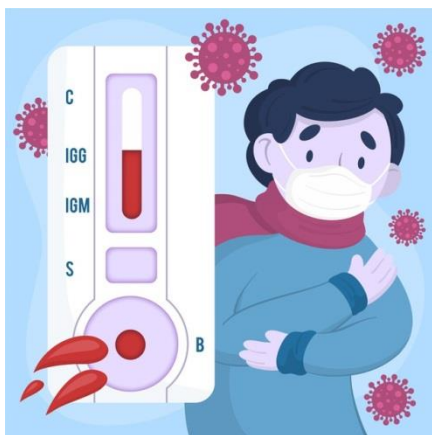
Este posibil ca o persoană să fie infectată cu COVID-19 atingând o suprafață sau a un obiect pe care a ajuns deja virusul și atingându-și apoi fața, nasul sau ochii. Acesta nu este principalul mod de răspândire a virusului, însă încă suntem în faza de colectare de informații și nu dispunem de toate cunoștințele exacte. „Igiena mâinilor”, adică spălarea frecventă și meticuloasă a mâinilor sau folosirea de dezinfectante de mâini pe bază de alcool, este extrem de importantă. De asemenea, se recomandă dezinfectarea frecventă a suprafețelor atinse.

Cât de ușor se răspândește virusul?

Virusul care cauzează infecția COVID-19 se răspândește foarte ușor și rapid între oameni. Pe baza informațiilor privind pandemia COVID-19 disponibile în prezent, acest virus se răspândește mai rapid și mai eficient decât gripa, dar mai lent și mai puțin eficient decât pojarul, care este mult mai contagios.

Care sunt simptomele?

În general, coronavirusurile cauzează răceală obișnuită. Cu toate acestea, când se formează o tulpină nouă, aceasta poate cauza o boală mai severă, așa cum s-a observat la epidemia cu coronavirus COVID-19. Printre cele mai tipice simptome ale bolii COVID-19 se numără următoarele:



1. Febră
2. Tuse
3. Dificultăți de respirație
4. Frisoane
5. Durere musculară
6. Durere de cap
7. Durere în gât
8. Alte simptome asemănătoare gripei
9. Greață, diaree, dureri abdominale
10. Pierderea simțului olfactiv și/sau gustativ

În cazul persoanelor în vârstă și pacienților cu afecțiuni cronice preexistente (cum ar fi bolile cardiovasculare, diabet sau boli respiratorii), există un risc mai mare de a dezvolta complicații severe din cauza bolii COVID-19.⁶

Aflați modul în care diferă gripa, boala COVID și răceala obișnuită.

SIMPTOMELE noului coronavirus (COVID-19), ale unei răceli și ale unei gripe			
SIMPTOME	COVID-19 Simptomele variază de la ușoare la severe	RĂCEALĂ Apariție treptată a simptomelor	GRIPĂ Apariție abruptă a simptomelor
Febră	Obișnuit	Rar	Obișnuit
Tuse	Obișnuit	Obișnuit	Obișnuit
Durere în gât	Uneori	Obișnuit	Obișnuit
Dificultăți de respirație	Uneori	No	No
Oboseală	Uneori	Uneori	Obișnuit
Dureri	Uneori	No	Obișnuit
Dureri de cap	Uneori	Obișnuit	Obișnuit
Scurgere a mucozității nazale sau nas înfundat	Uneori	Obișnuit	Uneori
Diaree	Rar	No	Uneori
Strănut	No	Obișnuit	No

For more information, visit www.health.qld.gov.au/coronavirus
© 2020. Reținerățional produsă de QD și Centrul Național pentru Prevenirea și Controlul Bolilor.

Pentru mai multe informații, accesați www.health.qld.gov.au/coronavirus

Text adaptat din materialul creat de OMS, Centrele pentru Prevenirea și Controlul Bolilor.

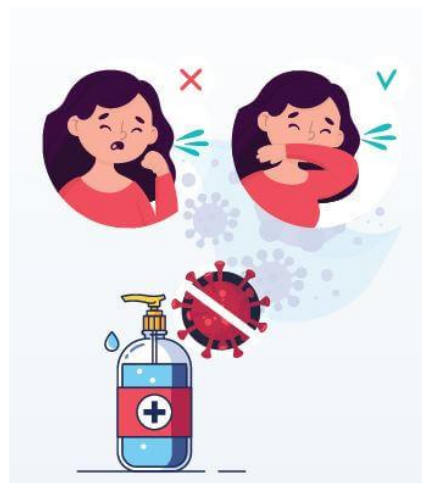
II. PROTECȚIA ÎMPOTRIVA CORONAVIRUSULUI

Cum puteți să vă protejați și cum puteți proteja pe alții?

În prezent, nu există niciun vaccin împotriva infecției cu coronavirus. Cea mai bună metodă de a preveni boala este evitarea infectării.

Spălați-vă des pe mâini!

- Spălați-vă des pe mâini cu săpun și apă, în special dacă ați fost în locuri publice, v-ați suflat nasul, ați tușit sau ați strănutat. Spălați-vă pe mâini cel puțin timp de 20 de secunde.
- Dacă nu aveți săpun și apă la îndemână, folosiți un dezinfectant de mâni cu 60 % sau mai mult alcool. Întindeți-l pe întreaga suprafață a mâinilor și frecați-vă mâinile până când devin complet uscate la atingere.
- Nu vă atingeți ochii, nasul sau gura dacă nu v-ați spălat pe mâini.



Evitați contactul fizic apropiat cu alții!

- Evitați persoanele despre care știți să sunt bolnave.
- Petreceți cât mai mult timp posibil acasă.
- Păstrați distanța față de alte persoane! Evitați să strângeți mâna cu alte persoane, să le pupați sau să le îmbrățișați.
- Rețineți că este posibil ca mulți oameni să răspândească virusul chiar și fără simptome.
- Este extrem de important să mențineți o distanță sigură față de persoanele care sunt deosebit de expuse riscului de infecție.

Protejați-i și pe ceilalți!

- Stați acasă dacă v-ați îmbolnăvit!
- Acoperiți-vă gura când strănutați sau tușiți!
- Purtați mască de față dacă v-ați îmbolnăvit!

Eticheta privind tusea și strănutul!

Tușiți sau strănutați întotdeauna într-o batistă de hârtie sau pliul brațului! Apoi, aruncați batista de hârtie direct în coșul de gunoi. Dacă tușiți sau strănutați, spălați-vă pe mâini cel puțin timp de 20 de secunde.

Trebuie să port o mască de față și să evit să mă duc în locuri aglomerate?

Recipientii cu transplant trebuie în general să fie atenți și ar trebui să evite locurile aglomerate. Spălarea frecventă a mâinilor sau utilizarea frecventă a dezinfectantelor de mâini ajută la prevenirea infecției. Beneficiul purtării unei măști este încă disputat și în

cazul recipienților cu transplant și nu se cunoaște măsura în care purtarea unei măști poate contribui la prevenirea bolii.

Conform recomandării WHO:

- Dacă starea dvs. de sănătate este bună, purtați o mască numai dacă îngrijiți o persoană care este suspectă de infecție.
- Purtați o mască dacă tușiți sau strănutați frecvent.
- Purtarea unei măști este eficientă numai dacă vă spălați și mâinile sau folosiți un dezinfectant de mâini pe bază de alcool în mod regulat.
- Dacă purtați o mască, este important să știți modul de utilizare corectă, precum și modul de eliminare a măștilor.



- ✚ Înainte de a vă pune masca, curățați-vă mâinile cu un dezinfectant de mâini pe bază de alcool sau spălați-vă mâinile cu săpun și apă.
- ✚ Acoperiți-vă gura și nasul cu masca și asigurați-vă că nu există spațiu între fața dvs. și mască.
- ✚ Nu atingeți masca în timp ce o purtați. Dacă acest lucru este necesar, dezinfectați-vă mai întâi mâinile cu un dezinfectant de mâini pe bază de alcool sau spălați-vă mâinile cu săpun și apă.
- ✚ Dacă masca devine umedă, înlocuiți-o cu una nouă și nu utilizați o mască de unică folosință de mai multe ori.
- ✚ Când vă scoateți masca, apucați-o de partea din spate (fără să atingeți partea frontală a acesteia); aruncați-o imediat într-un coș de gunoi care poate fi închis, curățați-vă mâinile cu dezinfectant de mâini pe bază de alcool sau spălați-vă mâinile cu săpun și apă.



Ce tipuri de mască există?

Masca chirurgicală

O mască chirurgicală este un dispozitiv medical de unică folosință, care poate fi cumpărată la farmacie și protejează utilizatorul de patogenii infecțioși transmiși prin stropi. Acești stropi pot proveni din salivă sau secrețiile tractului respirator superior exhalate de utilizatorul de mască. Când este purtată de o persoană infectată, previne infectarea mediului său de către pacient. În plus, protejează și utilizatorul împotriva unor diverse infecții care pot fi transmise prin stropi.

– Masca de tip FFP (Filtering face piece – Protecție cu filtru pentru față)

Previne inhalarea particulelor mici din aer de către utilizator. Există trei categorii disponibile: FFP1, FFP2 și FFP3. FFP3 oferă cel mai înalt nivel de protecție.

– Măștile de față din material textil

O mască de față confecționată dintr-un material textil mai ieftin, disponibil în casele oamenilor. Poate încetini răspândirea virusului și poate preveni transmiterea infecției de către persoanele care nu sunt conștiente că sunt purtătoare de virus.

Măștile chirurgicale și FFP sunt dispozitive deosebit de importante și ar trebui reținute pentru cadrele medicale.

Important: Măștile în sine nu oferă un nivel semnificativ de protecție decât în combinație cu respectarea regulilor de igienă.

Cum să vă dezinfecțați locuința?

De ce este acest lucru necesar?

Virusurile care au ajuns pe suprafața obiectelor (clanțelor, balustradelor din pasaje, batiste de hârtie folosite, telefoane) rămân infecțioase mai multe zile. Și un obiect contaminat vă poate infecta dacă îl atingeți și apoi vă atingeți gura, nasul sau ochii.



Tipul de suprafață determină infecțiozitatea virusului pe aceasta. Au fost efectuate mai multe studii în acest sens. Într-unul dintre acestea, virusul a fost pulverizat pe diferite suprafețe, apoi colectat periodic pentru a evalua după cât timp puteau fi colectate virusuri virulente.



Cupru: 4ore

Carton: 24 de ore

Oțel inoxidabil: 48 de ore

Plastic: 72 de ore

În cadrul unui alt studiu, s-a utilizat o altă metodă decât pulverizarea: particule de virus au fost aplicate pe diferite suprafețe și s-a evaluat periodic durata virulenței.

Hârtie de imprimantă, șervețel: 3 ore

Lemn, material textil tratat: 24 de ore

Sticlă, bancnote: 4 zile

Oțel inoxidabil, plastic: 7 zile

Mască chirurgicală: 7 zile

De asemenea, s-a ajuns la concluzia că virusul este virulent mai mult timp pe suprafețele netede.

Curățarea și dezinfecțarea

- ✚ Purtați mănuși de cauciuc de unică folosință pentru curățare!
- ✚ Curățați suprafețele cu apă cu săpun, apoi dezinfecțați-le!
- ✚ Curățarea reduce numărul de patogeni, cantitatea de murdărie și contaminare

de pe suprafețe. Dezinfectarea ucide apoi patogenii.

- Curățați și dezinfectați în mod regulat suprafețele atinse des, cum ar fi mesele, clanțele, mânerurile, întrerupătoarele, blaturile de bucătărie, telefoanele, tastaturile

Cel mai eficient dezinfectant pentru suprafețe este alcoolul. Alcoolul de 70 la sută sau înălbitorul aplicat pe diferite suprafețe distruge coronavirusul în câteva minute. O soluție de 0,1 la sută de înălbitor corespunde unei diluții de 50 de ori a înălbitorului domestic disponibil în comerț (de obicei, o soluție de 5 la sută de hipoclorit de sodiu).

Cele mai comune dezinfectante domestice indicate în evidența EPA (<https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>) sunt eficiente pentru dezinfectare.

III. RECIPIENȚII CU TRANSPLANT ȘI EPIDEMIA COVID

Virusul reprezintă un risc mai mare pentru recipienții cu transplant?

Nu avem dovezi neambigue care să indice că infecția COVID-19 ar fi mai periculoasă pentru recipienții cu transplant comparativ cu persoanele sănătoase, însă știm cu siguranță că alte virusuri cauzează boli mai severe în cazul oamenilor cu sistem imunitar mai slab. Din acest motiv, este extrem de important ca și recipienții cu transplant care iau medicamente imunosupresoare să ia măsurile de protecție.



Sunt un donator de rinichi. Este riscul mai mare pentru mine?

Donarea vie nu crește incidența cazurilor de infecție COVID-19 mai severe, ceea ce se datorează în primul rând faptului că donarea de rinichi în sine nu afectează imunitatea împotriva infecției.

Este posibil să se fi format anterior în cazul dvs. o problemă de sănătate care vă expune la un risc mai mare;

în acest caz, este extrem de important să respectați și reglementările recomandate de guvern.

Cum să vă protejați împotriva coronavirusului dacă sunteți un recipient cu transplant?

- Rămâneți acasă, dacă acest lucru este posibil, și evitați aglomerațiile!
- Dacă aveți o programare la clinica de transplant ambulatorie, contactați medicul curant pentru a verifica dacă trebuie într-adevăr să vă deplasați la clinică.
- Dacă trebuie să vă părăsiți locuința, purtați o mască chirurgicală în așa fel încât să vă acopere și nasul. Nu folosiți masca mai mult de 4–5 ore.
- Nu vă atingeți niciodată fața!
- Nu strângeți mâna cu alte persoane, nu le pupați și nu le îmbrățișați acum!
- Rugați pe altcineva să efectueze cumpărături pentru dvs. sau cereți livrarea proviziilor la dvs.

- Spălați-vă frecvent pe mâini și atunci când sunteți acasă și aerisiți-vă locuința din oră în oră!
- Toate informațiile pe care le-ați primit anterior cu privire la transplantul de organe (consumul de lichide, luarea medicamentelor etc.) sunt aplicabile și în această perioadă.

Ce trebuie să fac dacă bănuiesc că am simptome COVID-19?

Este extrem de important să NU mergeți la clinica de transplant ambulatorie!

Sunați medicul generalist și informați-l cu privire la simptomele dvs. Dacă vă sfătuiește să stați acasă, procedați corespunzător. Medicul vă poate ajuta și să organizați testarea. Testarea în scopul depistării noului coronavirus (SARS-CoV-2) nu este efectuată de unitatea de servicii medicale post-transplant, însă sunați și la unitate și transmiteți informațiile privind simptomele dvs. **Aflați ce trebuie să faceți pentru a rămâne în siguranță.** De asemenea, întrebați pe cine puteți contacta dacă starea dvs. devine mai gravă conform protocolului actual.

Rezumat:

- Rămâneți acasă și urmați indicațiile privind cazurile sau cazurile suspectate de infecție cu coronavirus (COVID-19)
- Nu vă prezentați la clinica de transplant sau la medicul generalist în persoană înainte de a vorbi cu medicul generalist și clinica de transplant la telefon.
- Nu schimbați medicația dvs. decât dacă medicul vă face o astfel de recomandare.



Wear a mask

Ce trebuie să fac dacă este probabil să fi avut contact cu o persoană infectată cu COVID-19?

Dacă ați avut contact cu o persoană care a fost diagnosticată cu infecție COVID-19, retrageți-vă în carantină voluntară și contactați echipa de transplant a clinicii pentru pașii de urmat în continuare.

Urmăriți dacă aveți simptome și contactați imediat medicul curant dacă observați orice fel de simptome!

Cum pot obține o testare în scopul depistării infecției COVID-19?

Testarea în scopul depistării coronavirusului este disponibilă prin diverse metode, în mai multe locații. În cazul în care credeți că aveți infecția COVID-19, sunați la medicul curant, care vă va ajuta să parcurgeți pașii de urmat în continuare. Dacă nu aveți niciun fel de simptome, dar doriți să obțineți o testare, există numeroase instituții private care oferă astfel de servicii contra cost.

Ce se întâmplă la testarea în scopul depistării coronavirusului?

În prezent, există două tipuri de testare disponibile. În primul caz, se colectează o mostră din secrețiile din gât sau nas cu un dispozitiv asemănător unui bețișor cu vată folosit pentru curățarea urechii (dar mai lung), iar proba este analizată pentru a depista prezența coronavirusului cu ajutorul unei proceduri numite

RT-PCR. Pentru a crește șansele depistării virusului în gâtul dvs., nu mâncați, beți, nu vă clătiți gura și nu vă spălați pe dinți înainte de test. Un test PCR detectează dacă aveți infecția în momentul testării.

Cealaltă metodă de testare este metoda serologică, prin care este recoltată o probă de sânge și care implică detectarea în sânge a anticorpilor produși de răspunsul sistemului imunitar la virus. **Testul serologic poate fi folosit pentru detectarea unei infecții deja desfășurate.**

Cum mă pot pregăti pentru carantină?



Pe lângă respectarea măsurilor de siguranță indicate, este important să aveți un plan privind timpul petrecut în carantină din cauza infecției COVID-19:

- Asigurați-vă că aveți rezerve de urgență pentru toate medicamentele dvs.
- Asigurați-vă că aveți toate numerele de telefon și adresele e-mail importante (institutului

de transplant, serviciilor medicale și sociale) la îndemână.

Planificați din timp cum veți păstra legătura cu lumea exterioară: discutați cu familia sau prietenii dvs. cine vă va duce mâncarea și produsele casnice de care aveți nevoie în timpul carantinei.

Cum se schimbă îngrijirea mea obișnuită în timpul carantinei?

Îngrijirea obișnuită de care ați beneficiat până în momentul respectiv poate suferi anumite schimbări. Pentru cerințele de îndeplinit în acest sens, contactați centrul de transplant. În prezent, controalele sunt reduse la minimum pentru ca pacienții care iau medicamente imunosupresoare să nu fie nevoite să aștepte la un loc în sălile de așteptare. Doar pacienții care au avut recent un transplant trebuie să se prezinte la controale (cei care au controale săptămânale sau o dată la două săptămâni în această perioadă) și se recomandă numai numărul minim de controale. Prescrierea medicamentelor are loc în principal pe cale electronică sau prescripțiile sunt trimise prin poștă pacienților, iar consultațiile sunt desfășurate în principal la telefon.



Dacă trebuie să vă deplasați la centrul de transplant:

Evitați contactul apropiat cu alții.

Luăți întotdeauna cu dvs. dezinfectant de mâini pentru cazul în care nu există săpun și apă. Utilizați-l de fiecare dată când atingeți o suprafață potențial infectată.

Purtați o mască.

Nu vă atingeți fața, mai ales ochii, nasul sau gura.

Așteptați mai degrabă în mașină decât în sala de așteptare.

Cum trebuie să iau medicamentele imunosupresoare în timpul epidemiei?

Nu schimbați doza medicamentelor dvs. fără a vă consulta cu medicul! Dacă întrerupeți medicația fără îndrumare medicală corespunzătoare, riscați respingerea transplantului și vă expuneți la un risc și mai mare de infecție. În cazul pacienților infectați, administrarea de imunosupresoare este în general modificată sub supravegherea atentă a specialiștilor medicali.

Pot lua vitamine?

Anumite vitamine ajută la întărirea sistemului imunitar împotriva infecției. Contactați medicul curant pentru a alege produsele cu multivitamine care conțin ingredientele optime.

Cum pot gestiona stresul în timpul epidemiei?

Stresul provocat de pandemia COVID-19 este perfect natural, iar experiența diferă de la persoană la persoană, de exemplu:

- Este posibil să vă faceți griji pentru sănătatea dvs. sau sănătatea unei persoane apropiate.
- Este posibil să nu puteți adormi sau obiceiurile dvs. privind somnul se pot schimba.
- Obiceiurile dvs. alimentare se pot schimba.
- Puteți avea dificultăți în concentrare.
- Afecțiunile dvs. cronice se pot intensifica.



Este posibil să fumați mai mult sau să consumați mai mult alcool. Ce puteți face împotriva acestei probleme:

- Nu urmăriți știrile și nu citiți informații de pe rețelele de socializare încontinuu.
- Aveți grijă de dvs.
- Respirați adânc sau meditați.
- Mâncați într-un mod sănătos și echilibrat.
- Efectuați exerciții fizice în mod regulat.
- Dormiți suficient.
- Odihniți-vă și petreceți timp desfășurând activități care vă plac.
- Vorbiți cu alte persoane despre sentimentele dvs.

Ce restricții există pentru recipienții de transplant în ceea ce privește călătoriile?

Epidemia COVID-19 a fost declarată pandemie, însemnând că este acum prezentă în majoritatea țărilor din lume. În această perioadă, recipienții cu transplant trebuie să evite călătoriile cât mai mult posibil.

Cum afectează epidemia transplanturile de organ programate?

Epidemia SARS-CoV-2 afectează și programările de transplant, iar deciziile în acest sens sunt luate de autoritățile responsabile, pe baza recomandărilor specialiștilor din domeniul transplantului de organe. Deoarece situația COVID-19 se schimbă de la o săptămână la alta, accesați website-ul ministerului sănătății sau contactați medicul curant pentru informații actuale privind transplantarea.

Se efectuează teste de depistare a coronavirusului pe donatorii de organe?

Da. Sunt acceptați numai donatorii cu rezultate negative la testul COVID-19.

Cum pot să protejez un recipient de transplant din familie sau care îmi este prieten?

- Faceți cumpărăturile pentru acesta și mergeți la farmacie în locul său!
- Spălați-vă întotdeauna bine pe mâini și dezinfecțați clanțele după ce sosiți!
- Folosiți numai propriul prosop!
- Mențineți distanța necesară față de toată lumea și evitați contactul direct cu alți oameni!
- Avem nevoie și acum de aer proaspăt, însă evitați mulțimile și transportul public.
- Dacă aveți un copil în aceeași gospodărie cu recipientul de transplant, acordați atenție deosebită îndeplinirii cerințelor și de către acesta.
- Nu luați cu dvs. copilul când mergeți la cumpărături în această perioadă!
- Când ajungeți acasă dintr-un loc aglomerat, descălțați-vă și spălați-vă bine pe mâini și față!

Referințe:

<http://www.ms.ro/comunicate>
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/how-covid-spreads.html>
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/how-covid-spreads.html>
<https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients>
https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fabout%2Fsymptoms.html
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/prevention.html>
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/prevention.html>
<https://www.transplantchild.eu/en/ks/news/latest-news/item/391-covid-19-faqs-for-transplanted-patients> <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/when-and-how-to-use-masks>
<https://www.cebm.net/covid-19/what-is-the-efficacy-of-standard-face-masks-compared-to-respirator-masks-in-preventing-covid-type-respiratory-illnesses-in-primary-care-staff/>
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/disinfecting-your-home.html>
<https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>
<https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients>
<https://www.kidneycareuk.org/news-and-campaigns/coronavirus/>

[advice/#leavinghousehttps://www.kidneycareuk.org/news-and-campaigns/coronavirus-advice/](https://www.kidneycareuk.org/news-and-campaigns/coronavirus-advice/)

[https://www.rbht.nhs.uk/our-services/heart/transplantation/coronavirus-covid-19-qa-for-heart-and-lung-transplant-recipients#What should I do if I think I have been in contact with someone with COVID-19?](https://www.rbht.nhs.uk/our-services/heart/transplantation/coronavirus-covid-19-qa-for-heart-and-lung-transplant-recipients#What%20should%20I%20do%20if%20I%20think%20I%20have%20been%20in%20contact%20with%20someone%20with%20COVID-19?)

<https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients>

<https://www.americantransplantfoundation.org/coronavirus/>

<https://aakp.org/wp-content/uploads/2020/03/FAQ-for-web-design.pdf>

<https://www.kidneyfund.org/covid-19/>

<https://www.americantransplantfoundation.org/coronavirus/>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2906676/>

<https://www.americantransplantfoundation.org/coronavirus/>

<https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients>

https://www.qld.gov.au/_data/assets/image/0013/121315/covid-symptoms-compared.png

