

Početna / Vijesti i savjeti / 20 do 30 posto pacijenata s covidom ima probleme s pamćenjem i koncentracijom simptomatične za 'chemo brain'

D
O
N
I
R
A
J



VIJESTI I SAVJETI

20 do 30 posto pacijenata s covidom ima probleme s pamćenjem i koncentracijom simptomatične za 'chemo brain'

Tanja Rudež, 25. July 2024.

🔧 smo pomalo zaboravili na koronavirus, on nije zaboravio nas. Tako su se proteklih tjedana mnogi ljudi iznenadili kad su spoznali da su tijekom vrućih ljetnih dana negdje

„pokupili” covid. A s covidom, koji su već preboljeli barem dva puta, neki su se nakon povratka na posao žalili na probleme s pamćenjem i manjak koncentracije, odnosno „brain fog”.

„Engleski pojam ‘brain fog’ ili ‘magla u glavi’ odnosi se na niz kognitivnih smetnji nakon preboljenja covida-19 iako se slični simptomi pojavljuju i tijekom trajanja akutne bolesti. Pacijenti se žale na smetnje pamćenja, probleme s koncentracijom, osjećaj umora i opće slabosti, anksioznost i osjećaj potištenosti. Navode da imaju slabu motivaciju za rad i uobičajene aktivnosti koje su imali prije bolesti covid-19. Neki pacijenti se žale na probleme s malo ili previše spavanja. ‘Brain fog’ može pacijente mučiti tjednima ili mjesecima nakon preboljele bolesti”, pojasnio je doc. dr. sc. Vladimir Krajinović, infektolog-intenzivist iz Klinike za infektivne bolesti “Dr. Fran Mihaljević” u Zagrebu.

Dodao je kako se nakon većine akutnih infektivnih bolesti pacijenti brzo i potpuno oporavljaju.

„Ipak, poslije nekih virusnih infekcija kao što su npr. gripa ili mononukleoza potrebno je nekoliko tjedana za potpuni fizički, ali i kognitivni oporavak. Možda je gripa najbolji primjer virusa koji je neurotropan, slično virusu SARS-CoV-2 koji uzrokuje covid-19”, rekao je Krajinović.

D
O
N
I
R
A
J

Termin „brain fog” prvi je u medicinskoj literaturi 1850. godine spomenuo britanski liječnik James Tunstall. Opisao je „maglu u glavi” kao vrstu mentalne iscrpljenosti koju doživljavaju odvjetnici, pisci, učitelji, studenti i drugi “radnici mozga” kao posljedicu “pretjeranog mentalnog rada bez dovoljnog tjelesnog umora”.

Prije pandemije koronavirusa „magla u glavi” se najčešće spominjala kao nuspojava kemoterapije tijekom liječenja raka (chemo brain) ili kod autoimunih bolesti kao što su lupus i multipla skleroza. No, s pandemijom koronavirusa, „magla u glavi” ušla je u mainstream komunikaciju. Prema podacima koje je objavio New York Times, 20 do 30 posto pacijenata s covidom ima neki oblik „magle u glavi” koja traje ili se razvija tijekom tri mjeseca nakon početne infekcije, a više od 65 posto pacijenata s dugim covidom prijavljuje i neurološke simptome.

Istraživanja također pokazuju jasne biološke promjene uzrokovane koronavirusom: primjerice kod nekih pacijenata s dugim covidom, bilježe se niže razine serotonina, „hormona sreće” koji regulira naše raspoloženje.



... nije samo magla i glavi, to je ozljeda mozga, u osnovi. Postoje neurovaskularne

promjene. Postoji upala. Promjene se vide i na snimanju magnetskom rezonancijom“, rekla je za New York Times Monica Verduzco-Gutierrez, voditeljica rehabilitacijske medicine na Sveučilištu Texas Health Science Center u San Antoniju.

Dr. James C. Jackson, neuropsiholog u Medicinskom centru Vanderbilt, naglašava kako se kognitivne promjene “puno više ističu kod mlađih skupina pacijenata”.

„Pandemija je promijenila svijet. Mislim da sveukupni izazovi mentalnog zdravlja s kojima se ljudi suočavaju utječu na kognitivne funkcije“, naglasio je Jackson.

Studija objavljena ove godine u New England Journal of Medicine pokazuje da „magla u glavi“ može imati mjerljiv utjecaj na naše kognitivne sposobnosti, ekvivalentan padu kvocijenta inteligencije (IQ) za šest bodova.

D
O
N
I
R
A
J



Engleski pojam ‘brain fog’ ili ‘magla u glavi’ odnosi se na niz kognitivnih smetnji nakon preboljenja covida-19 iako se slični simptomi pojavljuju i tijekom trajanja akutne bolesti, pojasnio je doc. dr. sc. Vladimir Krajinović, infektolog-intenzivist iz Klinike za infektivne bolesti “Dr. Fran Mihaljević” u Zagrebu

⚙️ Ilija je obuhvatila 113.000 ispitanika u Velikoj Britaniji između kolovoza i prosinca 2022. godine: svi oni riješili su niz online testova koji su procjenjivali njihovo pamćenje,

razmišljanje i pažnju. Nakon što su u studiju uključeni čimbenici kao što je dob ispitanika, tim je usporedio rezultate 67.000 ljudi za koje je potvrđeno da su imali covid-19 s 46.000 onih koji nisu imali infekciju. Kao što se i očekivalo, otkrili su da su ljudi koji su imali simptome dulje od 12 tjedana, ili su bili na bolničkom liječenju, u prosjeku lošije prošli na kognitivnim testovima. To je u skladu s mnogim prethodnim studijama koje pokazuju da teški covid-19 može utjecati na kognitivne sposobnosti. Međutim, na iznenađenje istraživača, čak i oni čiji su simptomi trajali manje od 12 tjedana i kojima nije bilo potrebno bolničko liječenje u prosjeku su bili lošiji od skupine bez potvrđene infekcije.

„Uopće nije jasno što je zapravo ‘magla u glavi’. O njenim simptomima se izvještava prilično opsežno, ali ono što naša studija pokazuje jest da ‘magla u glavi’ može korelirati s objektivno mjerljivim deficitima. To je vrlo važno otkriće“, izjavio je za Guardian dr. Adam Hampshire, kognitivni neuroznanstvenik i prvi autor studije.

Najveće razlike otkrivene su kod ljudi koji su se zarazili rano u pandemiji. Jedan od razloga za to je taj što su mnogi od onih koji su se kasnije zarazili bili zaštićeni cijepljenjem: naposljetku, osobe koje su primile dvije ili više doza cjepiva postigle su bolje rezultate na kognitivnim testovima.

**D
O
N
I
R
A
J** Znanstvenici još ne znaju hoće li se kognitivne sposobnosti narušene covidom-19 oporaviti ili je taj učinak trajan. Većinu ljudi s potvrđenim covidom-19 u studiji istraživači su testirali više od 12 tjedana nakon infekcije, tako da učinak sigurno može trajati dugo. Tim s Imperial Collegea se nada da će napraviti naknadne studije sudionika kako bi vidjeli postoji li kognitivni oporavak. U međuvremenu, mnogi ljudi koje muči „brain fog” pitaju se postoji li lijek za to neugodno stanje.

„Na žalost ne postoji specifična terapija za ovo stanje. Neki pacijenti mogu imati korist od nekih antidepresiva iz skupine selektivnih inhibitora ponovne pohrane serotonina, no najvažnije je biti strpljiv i čekati da se simptomi polako povuku. Svakako bih podsjetio da virus i dalje cirkulira u populaciji i preporučio bih docjepljivanje svima koji to nisu učinili u posljednjih šest mjeseci, osobito osjetljivoj populaciji tj. rizičnim skupinama“, zaključio je Vladimir Krajinović.





D
O
N
I
R
A
J

Muči li vas 'brain fog' nakon covid-19, dr. Joanna Hellmuth, neurologinja s Kalifornijskog sveučilišta u San Franciscu u New York Timesu, savjetuje da pišete bilješke i namjestite alarme kako ne biste propustili sastanke. Pravite redovite pauze tijekom dugih projekata kako biste mogli zadržati fokus i završiti zadatke.

Tjelesna aktivnost može poboljšati vašu sposobnost fokusiranja, kao i povećati neuronsku povezanost i formiranje pamćenja u mozgu. Pobrinite se da pijete dosta tekućine i jedite raznoliku hranu bogatu vitaminima i antioksidansima. I obratite se prijateljima i obitelji za podršku. Studije su pokazale da održavanje bogate društvene mreže ne samo da pomaže u smanjenju stresa u teškim vremenima, već također može poboljšati intelektualnu stimulaciju i poboljšati zdravlje vašeg mozga.

** Tekst je objavljen uz novčanu potporu Agencije za elektroničke medije iz Programa poticanja novinarske izvrsnosti.*

TAGS

#BRAIN FOG

#CHEMO BRAIN

#MAGLA U GLAVI

#VLADIMIR KRAJINOVIĆ



Previous

Ne sputavajte maštu, ona je put prema sebi

Next

Udruga žena Luzor i portal Naši školji za “Nisi sama – ideš s nama” prikupili 1015 eura



Tanja Rudež

Tanja Rudež dugogodišnja je znanstvena novinarka Jutarnjeg lista. Dobitnica je nagrade Britanskog udruženja znanstvenih pisaca (ABSW) za najbolju europsku znanstvenu novinarku 2015. godine.

D
O
N
I
R
A
J

RELATED POSTS

VIJESTI I SAVJETI

**Treba li djeci, prijateljima i
poslodavcu reći: ja imam rak**



Dražena Lejo, 27. September 2024.

VIJESTI I SAVJETI

**Upitnik o radnom statusu za
osobe oboljele od malignih
bolesti**

Nismo same, 30. August 2017.

Sanda Ivković, 6. April 2017.



**ŽELITE LI
DONIRATI?**

00:00

01:26

D
O
N
I
R
A
J

**ŽELITE LI
VOLONTIRATI?**



NAŠI DONATORI

NOVE OBJAVE



Prof. dr. sc. Marina Šprem Goldštajn: Brojne žene tijekom menopauze osjećaju probleme slične ‘brain fogu’

29. October 2024.



Potpredsjednica Sabora Sabina Glasovac primila predstavnike nevladinih udruga

29. October 2024.



Radionica za članove obitelji i bliske osobe onkoloških pacijenata

27. October 2024.

D
O
N
I
R
A
J

Broj računa (IBAN): HR7224020061100822438

SWIFT: ESBCHR22



Izrada i održavanje web stranice:

PREUZIMANJE SADRŽAJA

Svi sadržaji na Nismo same su autorski. Molimo sve zainteresirane za preuzimanje originalnog sadržaja da nas kontaktiraju na info@nismosame.com.

Ime i logotip NISMO SAME zaštićeni su i temeljem rješenja Državnog zavoda za intelektualno vlasništvo Republike Hrvatske, od 11. 10. 2022., upisani su u registar žigova Zavoda pod brojevima: Z20220406, Z20220407, Z20220408A.

Ime i logotip NISMO SAME zaštićeni su i temeljem rješenja Instituta za intelektualno vlasništvo Bosne i Hercegovine, od 11. 3. 2024., upisani su u registar žigova Instituta pod brojevima: BAZ2324867, BAZ2324868, BAZ2324869.

Ime i logotip usluge NISI SAMA – IDEŠ S NAMA! zaštićeni su i temeljem rješenja Državnog zavoda za intelektualno vlasništvo Republike Hrvatske, od 11. 10. 2022., upisani su u registar žigova Zavoda pod brojevima Z20220409, Z20220410.

Protiv svake fizičke i pravne osobe koja bez odobrenja koristi ime i znak NISMO SAME te NISI SAMA – IDEŠ S NAMA! poduzet ćemo odgovarajuće pravne radnje.

D
O
N
I
R
A
J



Udruga žena oboljelih i liječenih od raka NISMO SAME je korisnica institucionalne podrške Nacionalne zaklade za razvoj civilnoga društva za stabilizaciju i/ili razvoj udruge.





Portal je upisan u Upisnik pružatelja medijskih usluga, elektroničkih publikacija i neprofitnih proizvođača audiovizualnog i radijskog programa koji vodi Vijeće za elektroničke medije.

Broj upisa: 21/19

ISPRINTAJ ČLANAK



D
O
N
I
R
A
J

- O nama
- Pravne napomene
- Pravila privatnosti
- Kontakt
- Impressum
- Doniraj

Naruči taksi

