

# VALUTAZIONE REMOTA DELLA DISPNEA

## INTRODUZIONE:

1. La malattia COVID-19 **può produrre un rapido deterioramento della funzione respiratoria, specialmente nella seconda settimana**, quindi è un consigliabile, nei Pazienti in isolamento domiciliare, un attento monitoraggio, anche degli asintomatici, secondo lo schema proposto dal Vademecum, sia attraverso telefonate, ma, dove possibile, soprattutto con videochiamate.

Va comunque consigliato a tutti i Pazienti, una rapida consultazione con il proprio MMG, in caso di modificazioni del proprio stato di salute, in particolare comparsa di:

- dispnea, tachipnea > 20 respiri al minuto;
- vertigini, pre-sincope, sincope;
- oliguria, anuria;
- vomito;
- astenia profonda, comunque più accentuata rispetto al giorno precedente;

N.B.: per aiutare il Paziente è bene inviare per via telematica uno " Scheda di monitoraggio domiciliare" (Vedi allegato 1).

2. I Pazienti che **riferiscono moderato o grave malessere**, o in cui si sospetta una possibile polmonite, devono essere valutati urgentemente tramite videochiamata o di persona; Sintomi e segni clinici di possibile polmonite:

- Temperatura sopra 38 °;
- frequenza respiratoria sopra 22 respiri / minuto;
- cuore frequenza superiore a 100 battiti / minuto;
- Confusione mentale;
- Oliguria;
- Ipotensione (<100)
- Saturazione

## VALUTAZIONE DELLA DISPNEA

Non ci sono test validati per la valutazione remota della dispnea in Medicina Generale.

alcuni consigli:

- 1- chiedere al Paziente di descrivere il proprio respiro, valutando la facilità e la fluidità del parlare;
- 2- fare domande aperte, ascoltare le risposte valutando la capacità del paziente a rispondere con coerenza;  
Tre le domande
  - sei così senza fiato tanto da riuscire ad esprimere solo poche parole (eloquio interrotto)?
  - stai respirando più forte o più veloce del solito a riposo?
  - hai smesso di fare tutte le tue solite attività quotidiane?
- 3- Concentrarsi sul cambiamento: una chiara storia di deterioramento rispetto al giorno prima o a qualche ora prima, è più importante della difficoltà di respiro in quel momento;  
Puoi chiedere:
  - La tua respirazione è più veloce, più lenta o uguale al normale o a ieri?
  - Che cosa hai potuto fare ieri che non puoi fare oggi?
  - Cosa ti rende senza fiato ora rispetto a quello che hai fatto ieri?

4 - Interpretare la mancanza di respiro anche individuando alcuni segni clinici; ad esempio, la comparsa di un sibilo respiratorio, la comparsa di tosse facendo fare alcuni respiri profondi l'arrossamento delle labbra, il colore delle unghie.

**RED FLAG CHE RICHIEDONO VALUTAZIONE URGENTE ED ATTIVAZIONE 118**

- grave dispnea o difficoltà respiratorie,
- dolore o pressione al petto,
- labbra blu o unghie
- storia suggestiva di shock (come freddo e umido) con pelle screziata;
- Comparsa di confusione mentale
- Difficoltà a risvegliarsi;
- Oligo-anuria.

## Allegato 1: Scheda di monitoraggio domiciliare

---

Nome \_\_\_\_\_

Cognome \_\_\_\_\_

Telefono \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

<i>Giorno</i> <i>Clinica</i>	1°	2°	3°	4°	5°	6°	7°	8°	9°	10°	11°	12°	13°	14°
<i>Temperatura corporea mattino</i>														
<i>Temperatura corporea pomeriggio</i>														
<i>Temperatura corporea sera</i>														
<i>Pressione mattino</i>														
<i>Pressione sera</i>														
<i>Saturazione (ossigenazione) Mattino</i>														
<i>Saturazione (ossigenazione) sera</i>														
<i>Tosse</i>														
<i>Catarro</i>														
<i>Mal di gola</i>														
<i>Congiuntivite</i>														
<i>Congestione nasale</i>														
<i>Nausea (N)</i>														
<i>Vomito (V)</i>														
<i>Diarrea</i>														
<i>Dolori muscolari</i>														
<i>Perdita olfatto</i>														
<i>Alterazione del gusto</i>														

**ATTENZIONE! SE PRESENTI UNA DELLE CONDIZIONI SOTTOSTANTI AVVERTI SUBITO IL TUO MEDICO**

- respiro veloce (più di venti respiri al minuto)
- vertigine, svenimento
- riduzione della quantità di pipì giornaliera o assenza di pipì
- vomito
- stanchezza profonda/ più accentuata rispetto al giorno precedente;

**Nota bene:**

- 1) la temperatura va misurata prima di assumere l'antipiretico (paracetamolo o antinfiammatorio)**
- 2) La pressione sistolica deve essere superiore a 100 mmHg, la saturazione dell'ossigeno deve essere superiore a 93%**

*Strumenti necessari: Termometro, Saturimetro, Misuratore automatico a bracciale di Pressione arteriosa*