

# I-MASK+

## PROTOKÓŁ PROFILAKTYKI I WCZESNEGO LECZENIA AMBULATORYJNEGO COVID-19

Strona 1/2

### PROTOKÓŁ PROFILAKTYCZNY

<b>Iwermektyna<sup>1</sup></b>	<b>Profilaktyka u osób z grupy wysokiego ryzyka</b> 0,2 mg/kg na dawkę (przyjmować z posiłkiem lub po nim) – pierwsza dawka dzisiaj, druga dawka po 48 godzinach, następnie jedna dawka co tydzień*
	<b>Profilaktyka po kontakcie z osobą z COVID-19<sup>2</sup></b> 0,2 mg/kg na dawkę — pierwsza dawka dzisiaj, druga dawka po 48 godzinach*
<b>Witamina D3</b>	1000–3000 IU/dzień
<b>Witamina C</b>	500–1000 mg dwa razy dziennie
<b>Kwercetyna</b>	250 mg/dzień
<b>Cynk</b>	30–40 mg/dzień
<b>Melatonina</b>	6 mg przed snem (powoduje senność)

### WCZESNE LECZENIE AMBULATORYJNE<sup>3</sup>

<b>Iwermektyna<sup>1</sup></b>	0,2–0,4 mg/kg na dawkę (przyjmować z posiłkiem lub po nim) – raz dziennie przez 5 dni lub aż do ustąpienia objawów*
<b>Fluoksamina<sup>4</sup></b>	50 mg dwa razy dziennie przez 10–14 dni Stosować z iwermektyną, jeżeli: 1) odpowiedź na leczenie po 2 dniach stosowania iwermektyny była minimalna; 2) pacjent znajduje się na obszarze występowania bardziej agresywnych wariantów wirusa; 3) leczenie rozpoczęto w 5. dobie od pojawienia się objawów lub później, lub w fazie płucnej; lub 4) u pacjentów z licznymi chorobami współistniejącymi/czynnikami ryzyka. Unikaj stosowania fluoksaminy, jeśli pacjent już przyjmuje lek z grupy SSRI. <sup>5</sup>
<b>Sanitacja nosogardzieli</b>	Inhalacja parowa olejkami eterycznymi 3 razy dziennie (np VapoRub) i/lub stosowanie chlorheksydyny/benzzydamin do płukania gardła i betadyny w aerozolu do nosa 2–3 razy dziennie
<b>Witamina D3</b>	4000 IU/dzień
<b>Witamina C</b>	500–1000 mg dwa razy dziennie
<b>Kwercetyna</b>	250 mg dwa razy dziennie
<b>Cynk</b>	100 mg/dzień
<b>Melatonina</b>	10 mg przed snem (powoduje senność)
<b>ASA (aspiryna)</b>	325 mg/dzień (chyba że istnieją przeciwwskazania)
<b>Pulsoksymetr</b>	Wskazane jest monitorowanie saturacji krwi tlenem (aby dowiedzieć się więcej przejdź na 2 stronę tego dokumentu)

Informacje na temat **dotatkowych leków**, a także przegląd doniesień na temat prewencji i leczenia COVID-19, znajdują się na stronie [flccc.net/optional-medicines](http://flccc.net/optional-medicines).

- \* Dawkowanie może ulec zmianie wraz z pojawieniem się nowych doniesień naukowych.
- <sup>1</sup> Bezpieczeństwo stosowania iwermektyny u kobiet w ciąży nie zostało ocenione. Konieczna jest wcześniejsza analiza ryzyka i korzyści z udziałem twojego lekarza, zwłaszcza jeśli dotyczy 1. trymetru ciąży.
- <sup>2</sup> Do zastosowania w przypadku, gdy u domownika potwierdzono COVID-19 lub gdy osoba nienosząca maski miała dłuższy kontakt z chorym na COVID-19.
- <sup>3</sup> W późnej fazie – dla hospitalizowanych pacjentów – zob. protokół **MATH+ (Protokół Szpitalnego Leczenia COVID-19)** na stronie [www.flccc.net](http://www.flccc.net)
- <sup>4</sup> U niektórych osób, którym przepisano fluoksaminę, występuje ostry niepokój, który powinien być uważnie monitorowany i leczony przez klinicystę przepisującego lek, aby zapobiec rzadkiej eskalacji do zachowań samobójczych lub agresywnych.
- <sup>5</sup> SSRI (selective serotonin reuptake inhibitor) – Selektywne inhibitory zwrotnego wychwytu serotoniny

Prosimy o zapoznanie się z naszymi **zastrzeżeniami** i dalszymi informacjami na 2 stronie tego dokumentu.

### Profilaktyka zakażenia



### NOŚ MASKĘ

Konieczne noś maskę materiałową, chirurgiczną lub N95 (bez zaworu) we wszystkich pomieszczeniach w otoczeniu osób spoza twojego gospodarstwa domowego.

Konieczne noś maskę N95 (bez zaworu) podczas wydłużonego kontaktu z osobami spoza twojego gospodarstwa domowego w każdym zamkniętym, słabo wentylowanym miejscu.



### UTRZYMUJ DYSTANS

Aż do końca kryzysu związane z COVID-19 w miejscach publicznych rekomendujemy utrzymywanie minimalnego dystansu wynoszącego ok. 2m od osób spoza twojego gospodarstwa domowego.



### MYJ RĘCE

Rekomendujemy mycie rąk w trakcie pobytu poza domem (zakupy, podróż komunikacją miejską itp.) i po powrocie. Ręce należy myć dokładnie (20–30 sekund z użyciem mydła), a w międzyczasie używać środka do dezynfekcji rąk.

# I-MASK+

## PROTOKÓŁ PROFILAKTYKI I WCZESNEGO LECZENIA AMBULATORYJNEGO COVID-19

Strona 2/2

### IWERMEKTYNA

#### Podsumowanie dowodów z badań klinicznych z udziałem iwermektyny w leczeniu COVID-19

Iwermektyna, lek przeciwpasożytniczy, którego odkrycie nagrodzono Nagrodą Nobla w 2015 r., w badaniach laboratoryjnych wykazała bardzo silne właściwości przeciwwirusowe i przeciwzapalne. W ciągu ostatnich 4 miesięcy liczne, kontrolowane badania kliniczne z wielu ośrodków i krajów na całym świecie dostarczają spójnych informacji, wskazujących na istotną poprawę stanu zdrowia chorych na COVID-19 leczonych iwermektyną. Nasz obszerny naukowy przegląd badań poświęconych iwermektynie można znaleźć na stronie:

[www.flccc.net/flccc-ivermectin-in-the-prophylaxis-and-treatment-of-covid-19/](http://www.flccc.net/flccc-ivermectin-in-the-prophylaxis-and-treatment-of-covid-19/)

Krótkie podsumowanie przeglądu badań klinicznych dotyczących iwermektyny jest dostępne pod adresem:

[www.flccc.net/one-page-summary-of-the-clinical-trials-evidence-for-ivermectin-in-covid-19/](http://www.flccc.net/one-page-summary-of-the-clinical-trials-evidence-for-ivermectin-in-covid-19/)

#### Konwersja masy ciała (kg/lb) dla dawkowania iwermektyny w profilaktyce i leczeniu COVID-19

Masa ciała przelicznik (1 kg ≈ 2,2 lbs) (dawki obliczone dla górnej granicy zakresu wagi)		Dawka 0,2 mg/kg ≈ 0,09 mg/lb (Każda tabletki = 3 mg; dawki zaokrąglone w górę do najbliższej połowy tabletki)	
70–90 lb	32–40 kg	8 mg	(3 tabletki = 9 mg)
91–110 lb	41–50 kg	10 mg	(3,5 tabletki)
111–130 lb	51–59 kg	12 mg	(4 tabletki)
131–150 lb	60–68 kg	13,5 mg	(4,5 tabletki)
151–170 lb	69–77 kg	15 mg	(5 tabletek)
171–190 lb	78–86 kg	16 mg	(5,5 tabletki)
191–210 lb	87–95 kg	18 mg	(6 tabletek)
211–230 lb	96–104 kg	20 mg	(7 tabletek = 21 mg)
231–250 lb	105–113 kg	22 mg	(7,5 tabletki = 22,5 mg)
251–270 lb	114–122 kg	24 mg	(8 tabletek)
271–290 lb	123–131 kg	26 mg	(9 tabletek = 27 mg)
291–310 lb	132–140 kg	28 mg	(9,5 tabletki = 28,5 mg)

#### Pulsoksymetr (instrukcja użycia)

U pacjentów objawowych (z uwagi na możliwość wystąpienia bezobjawowej hipoksji) zaleca się monitorowanie stężenia tlenu we krwi w warunkach domowych za pomocą pulsoksymetru. Pulsoksymetry do użytku domowego mają ograniczenia, należy więc wybierać sprawdzone urządzenia. W ciągu dnia należy dokonywać regularnych odczytów saturacji: trend spadkowy należy uznać za alarmujący. Wartości wyjściowe lub spadek saturacji w pomiarach poniżej 94% powinny skłaniać do zgłoszenia się do szpitala. Zaleca się:

- przeprowadzenie pomiaru na palcu wskazującym lub środkowym; unikanie pomiarów na palcach u stóp lub płatku ucha
- uwzględnianie wyłącznie wartości związanych z silnym sygnałem pulsu
- obserwację odczytów przez 30–60 sekund w celu identyfikacji najczęściej występującej wartości
- usunięcie lakieru do paznokci z palca używanego do pomiaru
- ogrzanie zimnych kończyn przed pomiarem

#### ZASTRZEŻENIA

Protokoły **I-MASK+** (Protokół Profilaktyki i Wczesnego Leczenia Ambulatoryjnego COVID-19) oraz **MATH+** (Protokół Szpitalnego Leczenia COVID-19) służą wyłącznie do celów edukacyjnych dotyczących potencjalnie korzystnych terapii COVID-19. *Nigdy nie lekceważ profesjonalnych porad medycznych z powodu czegoś, co przeczytałeś na naszej stronie internetowej i w publikacjach. Naszym celem nie jest zastępowanie profesjonalnej porady lekarskiej, diagnozy ani leczenia jakiegokolwiek pacjenta. Leczenie każdego pacjenta powinno opierać się na indywidualnej ocenie lekarza lub innego wykwalifikowanego pracownika ochrony zdrowia. Zawsze zasięgnij porady specjalistów w przypadku jakichkolwiek pytań dotyczących swojego stanu zdrowia.*

Podsumowanie opublikowanych danych uzasadniających stosowanie iwermektyny w naszym protokole **I-MASK+** można pobrać ze strony [www.flccc.net/flccc-ivermectin-summary](http://www.flccc.net/flccc-ivermectin-summary)



Proszę sprawdzić naszą stronę główną [www.flccc.net](http://www.flccc.net) regularnie dla aktualizacji naszych protokołów COVID-19! – Nowe leki mogą zostać dodane i/lub zmiany dawek istniejących leków mogą zostać dokonane w miarę pojawiania się kolejnych badań naukowych!