



REPRIEVE

จดหมายข่าวสำหรับผู้เข้าร่วมการศึกษาวิจัย



REPRIEVE และ COVID-19 สุขภาพของผู้เข้าร่วมการศึกษาวิจัย REPRIEVE นั้นมีความสำคัญสูงสุดต่อทีมศึกษาวิจัย REPRIEVE สำหรับข้อมูลล่าสุดเกี่ยวกับ REPRIEVE และ COVID-19 โปรดเยี่ยมชมเว็บไซต์ของเราที่ www.reprievetrials.org

สารจาก

Dr. Steve Grinspoon และ Dr. Pam Douglas, ผู้วิจัยหลักร่วมของ REPRIEVE



เราขอขอบคุณจากใจจริงสำหรับการมีส่วนร่วมใน REPRIEVE อย่างต่อเนื่องของท่าน เราตระหนักดีว่าภาวะฉุกเฉินทางด้านสาธารณสุขอันเนื่องมาจาก COVID-19 ส่งผลกระทบต่อเราทุกคนอย่างแตกต่างกันมากและเราขอชื่นชมว่าท่ามกลางทุกสิ่งที่เกิดขึ้นตลอดปีที่ผ่านมา ท่านยังคงทุ่มเทให้กับงานวิจัยสำคัญที่เรากำลังดำเนินการร่วมกันใน REPRIEVE

ในฤดูใบไม้ผลิปี 2020 นั้น ทีมผู้บริหารของ REPRIEVE มุ่งเตรียมความพร้อมที่จะรับมือวิกฤตการระบาดของ COVID โดยได้ยื่นขอเงินทุนเพื่อทำการศึกษา COVID ในกลุ่มผู้เข้าร่วมการศึกษาวิจัย REPRIEVE ด้วยเหตุนี้เราจึงได้รับเงินสนับสนุนเพิ่มเติมจากสถาบันโรคหัวใจ ปอด และโลหิตวิทยาแห่งชาติ (NIH) ประเทศสหรัฐอเมริกา เพื่อเรียนรู้เพิ่มเติมถึงอาการและประสบการณ์เกี่ยวกับ COVID นอกจากนี้เรายังวางแผนที่จะวิเคราะห์แอนติบอดีต่อ COVID เพื่อพยายามทำความเข้าใจว่า COVID มีผลกระทบต่อประชากรผู้เข้าร่วมการศึกษาวิจัยทั่วโลกของเรามากเพียงใด

นอกจากนี้เรายังตื่นเต้นที่จะแจ้งให้ทราบว่ามีการศึกษาวิจัยย่อยใหม่ที่ใช้เลือดที่เก็บรวบรวมมาจากผู้เข้าร่วมที่ลงทะเบียนในสถานีวิจัยต่างๆ ของ ACTG เมื่อเข้าพบแพทย์ การศึกษาวิจัยนี้จะดำเนินการทดสอบเลือดในตัวอย่างเลือดเพื่อตรวจสอบความชุกของภาวะ Clonal Hematopoiesis of Indeterminate Potential (CHIP) การศึกษาวิจัยก่อนหน้านี้ได้แสดงให้เห็นว่าผู้ที่มีภาวะ CHIP จะมีอัตราการเป็นโรคหัวใจเพิ่มสูงขึ้น จากการศึกษาวิจัยภาวะ CHIP ใน REPRIEVE เราหวังว่าจะสามารถเรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับความเสี่ยงของโรคหัวใจในกลุ่มผู้เข้าร่วมการศึกษาวิจัย REPRIEVE

ท้ายที่สุดแล้วการมีส่วนร่วมของผู้เข้าร่วมแต่ละรายใน REPRIEVE มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ในการเข้าร่วมการศึกษาวิจัย REPRIEVE และการมาพบแพทย์ในการศึกษาวิจัยทุกครั้งนั้น ท่านอาจได้สร้างคุณูปการที่สำคัญต่อองค์ความรู้ที่เรามีเกี่ยวกับ HIV โรคหัวใจ และโรคอื่น ๆ ซึ่งอาจมีประโยชน์ต่อผู้ติดเชื้อ HIV ที่มีอายุรุ่นราวคราวเดียวกับท่านและสืบเนื่องไปยังคนรุ่นต่อไปในอนาคต ขอขอบคุณอีกครั้งสำหรับการเข้าร่วมการศึกษาวิจัย REPRIEVE อย่างต่อเนื่องของท่าน

พบกับผู้เข้าร่วมการศึกษาวิจัย REPRIEVE ท่านอื่น ๆ!

Ernane Pinho

ปาวนา กรุงริโอเดจาเนโร

REPRIEVE มีความสำคัญต่อคุณโดยส่วนตัว และต่อชุมชนของผู้ติดเชื้อ HIV อย่างไร

สำหรับผม โครงการมีความสำคัญในการติดตามและควบคุมอัตราคอเลสเตอรอลของผม และสำหรับชุมชนของผู้ติดเชื้อ HIV โครงการนี้เป็นรูปแบบหนึ่งของการดูแลและป้องกันเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี

การระบาดของ COVID-19 ส่งผลกระทบต่อความคิดเห็นของคุณเกี่ยวกับความสำคัญของการศึกษาวิจัยทางคลินิกอย่างไร

จากผลกระทบของโรคเราต้องเพิ่มความใส่ใจในการดูแลสุขภาพและร่างกายเพิ่มขึ้นเป็นสองเท่า การศึกษาวิจัยช่วยให้เราตื่นตัวมากขึ้น

คุณทำอะไรเพื่อเป็นการรักษาสุขภาพในระหว่างการระบาดของ COVID-19

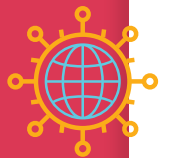
ผมอยู่บ้านเป็นส่วนใหญ่ ออกข้างนอกเมื่อจำเป็นเท่านั้น สวมหน้ากากอนามัยในที่สาธารณะและเมื่ออยู่ร่วมกับบุคคลอื่น เคลื่อนไหวร่างกายด้วยการออกกำลังกาย รับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ โดยทุกอย่างไม่มากเกินไป ตลอดจนคิดบวกเพื่อให้มีสุขภาพจิตที่ดี



COVID-19 ส่งผลกระทบต่อ REPRIEVE อย่างไร

ในช่วงฤดูใบไม้ผลิปี 2020 สถานีวิจัยทางคลินิกหลายแห่งจำเป็นต้องปิดตัวลงเพื่อชะลอการแพร่กระจายของเชื้อไวรัสและเพื่อให้แน่ใจถึงความปลอดภัยของผู้เข้าร่วมการศึกษาวิจัย ตลอดช่วงเวลานี้ สถานีวิจัยทางคลินิกหลายแห่งหันไปใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลจากระยะไกล และบางแห่งมีการจัดส่งยาสำหรับการศึกษาวิจัยไปให้กับผู้เข้าร่วมการเปลี่ยนแปลงทั้งหมดเหล่านี้เป็นเรื่องยากสำหรับผู้เข้าร่วมการศึกษาวิจัย REPRIEVE และทีมของเราจากสถานีวิจัยต่างๆ อย่างไรก็ตาม แม้จะมีความท้าทายเหล่านี้แต่ REPRIEVE ยังคงก้าวเข้าสู่ปีที่ 6 ของการติดตามผล และเรายังได้มีการประเมินอาการและตัวบ่งชี้ทางชีวภาพของ COVID แบบบูรณาการเพื่อให้เราสามารถเรียนรู้เพิ่มเติมว่า COVID ส่งผลกระทบต่อผู้ติดเชื้อ HIV ที่เข้าร่วมในการศึกษาวิจัย REPRIEVE อย่างไร

สิ่งสำคัญคือต้องทราบว่าผู้เข้าร่วมการศึกษาวิจัย REPRIEVE ไม่ได้รับการยกเว้นจากการได้รับวัคซีน COVID แต่อย่างไรก็ตาม โปรดติดต่อทีมศึกษาวิจัยในพื้นที่ของท่านหากมีข้อสงสัยใดๆ



เคล็ดลับเพื่อสุขภาพหัวใจ!

เมื่อพูดถึงเครื่องตีม แอลกอฮอล์ ปริมาณที่พอเหมาะนั้นเป็นสิ่งสำคัญ

หากท่านชอบจิบไวน์ เบียร์ หรือค็อกเทลเป็นครั้งคราว ให้คำนึงถึงปริมาณที่พอเหมาะเพื่อป้องกันสุขภาพของตนเอง



การบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณที่พอเหมาะหมายถึงการดื่มโดยเฉลี่ย 1-2 แก้วต่อวันสำหรับผู้ชาย และ 1 แก้วต่อวันสำหรับผู้หญิง เบียร์ ไวน์ และสุราประเภทต่างๆ มีปริมาณแอลกอฮอล์ที่แตกต่างกัน แต่โดยทั่วไปแล้ว 1 แก้วเท่ากับเบียร์ทั่วไป 12 ออนซ์ ไวน์ 5 ออนซ์ หรือสุรา 40 ดีกรีอย่างเบอร์เบินวอดก้า หรือจิน 1.5 ออนซ์

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากเกินไปจะเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดปัญหาสุขภาพต่างๆ เช่น ความดันโลหิตสูง โรคอ้วน โรคหลอดเลือดสมอง โรคกระเพาะอาหาร โรคตับ ภาวะซึมเศร้า การฆ่าตัวตาย อุบัติเหตุ การดื่มแอลกอฮอล์ในทางที่ผิด และโรคพิษสุราเรื้อรัง

วิธีการที่ดีต่อสุขภาพในการรับมือกับความเครียด

> หยุดพักจากการรับชม อ่าน หรือฟังข่าว รวมถึงเรื่องราวต่างๆ บนโซเชียลมีเดีย การตามทันข่าวสารเป็นเรื่องที่ดี แต่การรับรู้สถานการณ์โรคระบาดอย่างต่อเนื่องอาจทำให้อารมณ์

ไม่ปกติได้ ควรพิจารณาจำกัดการรับรู้ข่าวสารเพียงวันละ 2-3 ครั้ง และเลิกดูหน้าจอตีพิมพ์ โทรทัศน์ และคอมพิวเตอร์ชั่วคราวโดยเฉพาะอย่างยิ่งก่อนเข้านอน

> ดูแลร่างกายตัวเอง

- > หายใจเข้าลึกๆ ยืดตัว หรือทำสมาธิ
- > พยายามรับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพและครบ 5 หมู่
- > ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- > นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
- > ดำเนินการตามมาตรการป้องกันตามปกติ (เช่น การฉีดวัคซีน การตรวจคัดกรองมะเร็ง เป็นต้น) ตามคำแนะนำของผู้ให้บริการด้านสุขภาพของท่าน

> หาเวลาผ่อนคลายความเครียด ลองทำกิจกรรมอื่นๆ ที่ท่านชอบ

> ติดต่อปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น พูดคุยเรื่องความกังวลและความรู้สึกของท่านกับคนที่ท่านไว้วางใจ

> ติดต่อองค์กรในชุมชนหรือสถาบันทางศาสนาของท่าน ในขณะที่ยังคงมีมาตรการเว้นระยะห่างทางสังคม ให้ลองติดต่อปฏิสัมพันธ์กันทางออนไลน์ ผ่านโซเชียลมีเดีย หรือทางโทรศัพท์หรืออีเมล

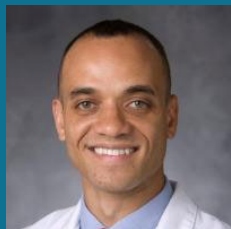
ดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

<https://www.cdc.gov/nccdphp/dnpao/index.html> และ <https://howrightnow.org/talk>

สารจากแพทย์โรคหัวใจประจำทีม

นายแพทย์ Gerald Bloomfield, MD

อย่าลืมนึกถึงจุดหมายหลักของ REPRIEVE คือการตอบคำถามว่ายาในกลุ่มสแตติน (Pitavastatin) ช่วยลดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ทางโรคหัวใจและหลอดเลือด เช่น หัวใจวายและโรคหลอดเลือดสมอง ในผู้ติดเชื้อ HIV ที่ได้รับการรักษาด้วยยาต้านไวรัสหรือไม่ เพื่อให้มั่นใจว่าเราสามารถตอบคำถามนี้ได้ จึงจำเป็นต้องรายงานเหตุการณ์เกี่ยวกับหัวใจที่อาจเกิดขึ้นให้ทีมศิษย์วิจัยของท่านทราบ แม้ว่าท่านจะไม่แน่ใจหรือมีอาการคลุมเครือที่เกี่ยวข้องกับหัวใจของท่าน โปรดแจ้งทีมศิษย์วิจัยของท่านโดยเร็วที่สุดเพื่อให้เราสามารถรวบรวมข้อมูลได้ทุกเหตุการณ์ จากการตอบคำถามวิจัยหลักของการศึกษาวิจัยนี้ เราหวังว่าจะสามารถพัฒนาแนวทางการป้องกันและรักษาโรคหัวใจที่เหมาะสมสำหรับผู้ติดเชื้อ HIV โดยเฉพาะ



ท่านทราบหรือไม่ว่าเว็บไซต์ของ REPRIEVE มีหน้าเพจใหม่ที่เผยแพร่บทความต่างๆ

บทความตีพิมพ์เผยแพร่ของเราเป็นวิธีการสำคัญในการแบ่งปันความรู้ให้กับทั้งชุมชนทางวิทยาศาสตร์และผู้เข้าร่วมการศึกษาวิจัย REPRIEVE!

หน้าเพจบทความตีพิมพ์เผยแพร่ของเราจะแสดงรายการบทความตีพิมพ์ของ REPRIEVE ทั้งหมดจนถึงปัจจุบัน สำหรับบางบทความนั้น เราได้สรุปเป็นภาษาธรรมดา 2-3 ย่อหน้าสั้นๆ เพื่อให้สามารถอ่านบทสรุปของแต่ละบทความได้ง่าย

หากต้องการค้นหาบทความตีพิมพ์เผยแพร่ของเรา ให้ไปที่

<https://www.reprievetrial.org/learnmore/reprive-publications/>



ขอบคุณผู้สนับสนุนของเรา



สำหรับข้อมูลล่าสุดเกี่ยวกับ REPRIEVE โปรดเยี่ยมชมเว็บไซต์ของเราที่ WWW.REPRIEVETRIAL.ORG