

Wat de nieuwe CDC-richtlijnen voor u betekenen

29 april 2021

De [nieuwe CDC-richtlijnen](#), die de behoefte aan maskers verminderen, vooral in buitenomgevingen, zijn geweldig. Maar ze hebben tot nogal wat verwarring geleid - vooral bij personen met een gecompromitteerd immuunsysteem zoals myeloompatiënten.

Kunnen myeloompatiënten deze nieuwe COVID-19-richtlijnen veilig volgen? Ja, maar met extra voorzichtigheid.

Belangrijke details van nieuwe CDC-richtlijnen

De richtlijnen bevatten een uitstekend diagram met de naam '[Veiliger activiteiten kiezen](#)'. Voor volledig gevaccineerde personen is het veilig om zonder masker te gaan bij buitenactiviteiten, het bijwonen van kleine buitenbijeenkomsten en het bezoeken van een restaurant met een buitenterras met vrienden uit meerdere huishoudens. Voor deze activiteiten zijn echter nog steeds maskers nodig voor niet-gevaccineerde personen.

Een belangrijk punt voor myeloompatiënten om te begrijpen, is dat zelfs als u volledig bent gevaccineerd, uw antilichaamspiegels lager kunnen zijn dan nodig is om volledige bescherming te bieden. Zoals ik in de [blog van vorige week](#) opmerkte, zijn de gegevens nog steeds beperkt, maar myeloompatiënten die actief worden behandeld, vertonen duidelijk suboptimale antilichaamresponsen. Lagere responsen werden ook opgemerkt bij patiënten met smeulend myeloom.

Waar het voor myeloompatiënten op neer komt - zelfs degenen die volledig zijn gevaccineerd - is dat het dragen van een masker nog steeds een goed idee is als u in contact komt met mensen met een onzekere vaccinatie of gezondheidsstatus.

Waar maskers nog steeds vereist zijn

Volgens de CDC-richtlijnen zijn maskers nog steeds over de hele linie vereist voor drukke buitenevenementen en alle binnenactiviteiten. Voor myeloompatiënten betekent dit dat elke persoonlijke bijeenkomst die

binnenshuis wordt gehouden, zorgvuldig moet worden bekeken en besproken. Belangrijke aandachtspunten:

- Wie heeft eerder de vergaderruimte gebruikt?
- Wat zijn lokale richtlijnen op basis van COVID-19 op lokaal niveau?
- Hoe goed is de ventilatie van de ruimte?
- Is er voldoende ruimte om de nodige sociale distantie te behouden?
- Bij twijfel dienen binnenbijeenkomsten alsnog te worden vermeden.

Goed nieuws

De veel grotere vrijheid buitenshuis is echt een welkome afwisseling! Wandelen, hardlopen, fietsen met leden van uw huishouden heeft geen masker nodig - wat geweldig is. Als het infectieniveau in de gemeenschap hoog is, moet u natuurlijk voorzichtig zijn als u onbekende personen tegenkomt tijdens externe activiteiten. Het is een uitstekend idee om een masker bij u te hebben voor het geval zich onverhoopt een risicovolle situatie voordoet.

Maar het is ook prima om samen te komen met kleine groepen familieleden of vrienden die volledig gevaccineerd zijn zonder maskers. Dit hebben we allemaal echt gemist.

Huidige status

In de VS komen we langzaam uit de pandemie. Op dit moment heeft [meer dan 82% van de 65-plussers ten minste één vaccinatie gekregen](#). De risico's van nieuwe COVID-19-infecties zijn dus grotendeels afkomstig van jongere mensen die nog steeds niet zijn gevaccineerd of die niet eerder zijn geïnfecteerd met COVID-19. Helaas hebben minder vaccinaties buiten de VS geleid tot aanhoudend hoge aantallen nieuwe infecties. Totdat de wereldwijde pandemie onder controle is, kan de wereld niet weer normaal worden. Routinematig zaken doen en reizen zijn gewoon niet mogelijk.

Laten we hopen dat de situatie verbetert als we het midden van het jaar ingaan. In de tussentijd zullen we dit samen doorstaan, vooral als we onze sociale contacten blijven bereiken en onderhouden en, voor myeloompatiënten, de best mogelijke myeloomzorg blijven krijgen.