

# Was bedeuten die neuen CDC-Richtlinien für Sie

**29. April 2021**

Die [neuen CDC-Richtlinien](#), die den Bedarf an Masken, insbesondere im Freien verringern, sind großartig. Aber sie haben zu einiger Verwirrung geführt - insbesondere bei Personen mit geschwächtem Immunsystem wie Myelompatienten.

Können Myelompatienten diese neuen COVID-19-Richtlinien sicher einhalten? Ja, aber mit zusätzlicher Vorsicht.

## Wichtige Details der neuen CDC-Richtlinien

Die Richtlinien enthalten ein großartiges Diagramm mit dem Titel "[Auswahl sicherer Aktivitäten](#)." Für voll geimpfte Personen ist es sicher, bei Aktivitäten im Freien, bei kleinen Versammlungen im Freien und beim Besuch eines Restaurants mit Außenterrasse mit Freunden aus mehreren Haushalten auf eine Maske zu verzichten. Diese Aktivitäten erfordern jedoch immer noch Masken für die Ungeimpften.

Ein wichtiger Punkt für Myelompatienten ist, dass Ihre Antikörperspiegel selbst bei vollständiger Impfung niedriger sein können als für einen vollständigen Schutz erforderlich sind. Wie ich im [Blog der letzten Woche](#) erwähnt habe, sind die Daten immer noch begrenzt, aber Myelompatienten unter aktiver Behandlung haben eindeutig suboptimale Antikörperantworten. Bei Patienten mit schwelendem Myelom wurden ebenfalls geringere Reaktionen beobachtet.

Das Fazit für Myelompatienten - auch für diejenigen, die vollständig geimpft sind - ist, dass das Tragen einer Maske immer noch eine gute Idee ist, wenn Sie mit Menschen interagieren, deren Impfungsstatus oder Gesundheitszustand unbekannt ist.

## Wo werden Masken noch benötigt?

Gemäß den CDC-Richtlinien sind Masken generell weiterhin für überfüllte Veranstaltungen im Freien sowie für alle Aktivitäten in Innenräumen erforderlich. Für Myelompatienten bedeutet das, dass alle persönlichen Treffen in Innenräumen sorgfältig überprüft und diskutiert werden müssen. Wichtige Punkte zu beachten:

- Wer hat den Treffpunkt zuvor genutzt?
- Was sind die lokalen Richtlinien, die auf den lokalen COVID-19-Infektionsraten in der Gemeinschaft basieren?
- Wie gut ist die Belüftung des Raums?
- Gibt es genügend Raum, um die notwendige soziale Distanzierung aufrechtzuerhalten?
- Im Zweifelsfall sollten Treffen in Innenräumen dennoch vermieden werden.

## Gute Nachrichten

Die viel größere Freiheit im Freien ist wirklich eine willkommene Abwechslung! Wandern, Laufen, Radfahren mit Mitgliedern Ihres Haushalts erfordern keine Maske - was wunderbar ist. Wenn die Infektionsraten in der Gemeinschaft hoch sind, seien Sie natürlich vorsichtig, wenn Sie bei Aktivitäten im Freien auf unbekannte Menschen treffen. Es ist eine großartige Idee, eine Maske bei sich zu haben, wenn eine gefährliche Situation unerwartet eintritt.

Es ist aber auch in Ordnung, sich mit kleinen Gruppen von Familienmitgliedern oder Freunden ohne Masken zu treffen, die vollständig geimpft sind. Das haben wir alle sehr vermisst.

## Aktueller Status

In den USA kommen wir langsam aus der Pandemie heraus. Derzeit haben [mehr als 82 Prozent der über 65-Jährigen mindestens eine Impfung erhalten](#). Daher besteht das Risiko für neue COVID-19-Infektionen größtenteils bei jüngeren Menschen, die noch nicht geimpft sind oder zuvor nicht mit COVID-19 infiziert wurden. Leider haben weniger Impfungen außerhalb der USA zu anhaltend hohen Neuinfektionsraten geführt. Solange die globale Pandemie nicht unter Kontrolle ist, kann die Welt nicht zur Normalität zurückkehren. Alltagsgeschäfte und Reisen sind einfach nicht möglich.

Jetzt hoffen wir, dass sich die Situation verbessert, als wir uns der Mitte dieses Jahres nähern. In der Zwischenzeit werden wir das gemeinsam durchstehen, insbesondere wenn wir weiterhin unsere sozialen Verbindungen pflegen und aufrechterhalten und für Myelompatienten weiterhin die bestmögliche Myelombehandlung gewährleisten.