

Cosa significano le nuove linee guida CDC per te

Aprile 29 2021

Le [nuove linee guida CDC](#), che allentano la necessità di maschere, in particolare in ambienti esterni, sono fantastiche. Ma hanno portato a un po' di confusione, specialmente per gli individui con un sistema immunitario compromesso come i pazienti con mieloma.

I pazienti affetti da mieloma possono seguire in sicurezza queste nuove linee guida COVID-19? Sì, ma con maggiore cautela

I dettagli importanti delle nuove linee guida CDC

Le linee guida includono un eccellente diagramma chiamato "[Scelta di attività più sicure](#)". Per i completamente vaccinati, è sicuro andare senza maschera quando si partecipano alle attività all'aperto, partecipano a piccole riunioni all'aperto e si visitano un ristorante con un patio esterno con amici che vengono da diverse case. Tuttavia, queste attività richiedono ancora maschere per i non vaccinati.

Un punto chiave per far capire ai pazienti affetti da mieloma è che anche se siete completamente vaccinati, i vostri livelli di anticorpi possono essere inferiori a quello che è necessario per fornire una protezione completa. Come ho notato nel blog della scorsa settimana, i dati sono ancora limitati, ma i pazienti affetti da mieloma in trattamento attivo hanno chiaramente risposte anticorpali subottimali. Le risposte inferiori sono state osservate anche per i pazienti con smoldering mieloma.

La cosa principale per i pazienti affetti da mieloma, anche per quelli completamente vaccinati, è che indossare una maschera è ancora una buona idea se si interagisce con persone con vaccinazione incerta o stato di salute incerto.

Dove le maschere sono ancora necessarie

Secondo le linee guida CDC, le maschere sono ancora necessarie per tutti gli eventi affollati all'aperto e per tutte le attività affollate al chiuso. Per i pazienti affetti da mieloma questa significa che qualsiasi riunione/ incontro di persona tenuta in casa deve essere attentamente esaminata e discussa. I punti importanti da considerare:

- Chi ha utilizzato in precedenza lo spazio di incontro?
- Quali sono le linee guida locali basate sui livelli della comunità locale di COVID-19?
- Quanto è buona la ventilazione della stanza?

- C'è spazio sufficiente per tenere la distanza sociale necessaria?
- In caso di dubbio, le riunioni al chiuso dovrebbero comunque essere evitate.

Buone notizie

La maggiore libertà all'aria aperta è davvero un gradito cambiamento! Camminare, correre, andare in bicicletta con i membri della vostra famiglia non richiedono una maschera, il che è meraviglioso. Ovviamente, se i livelli di infezione nella comunità sono alti, state attenti se incontrate persone sconosciute durante le attività esterne. È un'ottima idea di avere una maschera con voi nel caso che una situazione rischiosa emerga inaspettatamente.

Ma va bene anche riunirsi con piccoli gruppi di familiari o amici che sono completamente vaccinati senza maschere. Questo è qualcosa che ci è davvero mancata

Situazione Attuale

Negli Stati Uniti stiamo lentamente uscendo dalla pandemia. Al momento, [oltre l'82% delle persone con più di 65 anni ha ricevuto almeno una vaccinazione](#). Pertanto, i rischi di nuove infezioni da COVID-19 sono in gran parte osservati in giovani non ancora vaccinati o che non sono stati precedentemente infettati da COVID-19. Sfortunatamente, un minor numero di vaccinazioni al di fuori degli Stati Uniti ha portato a continui livelli elevati di nuove infezioni. Fino a quando la pandemia globale non sarà sotto controllo, il mondo non potrà tornare alla normalità. Gli affari e i viaggi di routine non sono possibili.

Speriamo che la situazione migliori mentre entriamo nella meta dell'anno. Nel frattempo, supereremo insieme, soprattutto se continueremo a raggiungere e sostenere le nostre connessioni sociali e, per i pazienti affetti da mieloma, continueremo a ricevere la migliore cura possibile per il mieloma.