

## Stare Al Sicuro Per Le Vacanze

27 maggio 2021

E' importante valutare come i pazienti affetti da mieloma possono continuare a stare al sicuro con le nuove linee guida molto più rilassate del CDC. Sono ancora necessarie alcune precauzioni mentre ci dirigiamo verso il fine settimana festivo del Memorial Day.

### Vaccinazione di COVID-19

#### • OTTIME NOTIZIE

- Oltre il 50% della popolazione degli Stati Uniti è completamente vaccinati.
- In Canada, i nostri vicini del nord, c'è una tendenza simile con il 50% parzialmente vaccinato. Ciò significa che ci stiamo dirigendo verso "l'immunità di gregge", il livello al quale il rischio di nuove infezioni di COVID nella comunità diventa molto basso.
- **ATTENZIONE CONTINUA**
- La notizia non così buona è che anche con la vaccinazione completa contro il COVID-19 i livelli di anticorpi neutralizzanti (quelli che forniscono immunità) sono sub-ottimali nei pazienti affetti da mieloma, in particolare nei pazienti con malattia attiva di nuova diagnosi o con ricaduta. Il ruolo esatto dei vari trattamenti nel ridurre ulteriormente le risposte anticorpali rimane poco chiaro. Nonostante ciò, ci sono state solo infezioni molto rare di COVID-19 in pazienti affetti da mieloma vaccinati.

#### CONCLUSIONE

- Anche i pazienti affetti da mieloma completamente vaccinati rimangono a rischio di infezione da COVID-19. Fortunatamente, il livello di tale rischio è molto basso, soprattutto in un ambiente esterno. Nella contea di Los Angeles, ad esempio, il L.A. Times riporta che su 3,3 milioni di residenti che sono stati completamente vaccinati, solo lo 0,003% in seguito è risultato positivo all'infezione da COVID-19. In totale, solo 71 residenti completamente vaccinati sono stati ricoverati e 12 residenti (0,00036%) sono morti. Solo 4 di quei 12 avevano un sistema immunitario indebolito come i pazienti affetti da mieloma – cioè lo 0,00012% – in altre parole, una percentuale davvero bassa (una possibilità su un milione).

Questo significa che, mentre ci avviciniamo all'immunità di gregge, la vaccinazione fornisce maggiori protezioni in generale. E anche per i pazienti affetti da mieloma esiste molto probabilmente una prevenzione di malattie gravi, tranne in alcune circostanze eccezionali di malattia grave.

#### Sono Ancora Necessarie Le Mascherine?

Il mio suggerimento è che i pazienti affetti da mieloma non debbano ancora buttare via le loro maschere, soprattutto per gli ambienti interni. Le maschere funzionano chiaramente bene per fermare la diffusione dell'infezione, risalendo al lavoro pionieristico del Dr. Wu Lien-Teh, che ha contribuito a cambiare il corso di un'epidemia di peste all'inizio del XX secolo e ha promosso l'uso di maschere come strumento di sanità pubblica. L'uso continuo delle mascherine è discusso anche in un recente articolo del New Yorker.

Anche se è improbabile un'infezione grave, qualsiasi infezione può essere problematica per un paziente affetto da mieloma. Abbiamo imparato dai " long haulers" (quelli con sintomi cronici che durano molti mesi), il virus COVID-19 può essere difficile da sradicare completamente. Ciò può essere particolarmente vero per quelli con un'immunità compromessa, come i pazienti con mieloma.

È meglio evitare qualsiasi rischio di infezione. In ambienti chiusi e/o in qualsiasi situazione in cui le persone non indossano maschere e non sono potenzialmente vaccinate (stato di vaccinazione sconosciuto), indossare una maschera è la cosa sicura da fare.

## CONCLUSIONE

- Ovviamente, i rischi sono bassi se il livello comunitario di COVID-19 è basso (come a Los Angeles, che ora è inferiore all'1%). Tuttavia, è meglio essere al sicuro per qualche settimana in più e indossare una maschera quando si è preoccupati.
- Entro il 4 luglio, la nostra prossima grande festa, molte situazioni, comprese le riunioni di gruppo di pazienti di persona, diventeranno più sicure e pratiche.
- Si prega di notare che le maschere sono ancora necessarie su aerei, treni e altri mezzi di trasporto comunali a causa dell'incertezza sullo stato di vaccinazione degli altri, nonché dei rischi per i viaggiatori provenienti da aree con alti livelli di infezione da COVID-19 e quelli che arrivano da fuori degli Stati Uniti.

## **Godetevi La Vacanza**

Sapete come si dice, la risata è la migliore medicina. Con così tante attività che stanno per iniziare, è sicuramente il momento di cercare i nostri amici e la nostra famiglia e stare insieme in modo sicuro e avere l'opportunità di ridere un po' o molto, se possibile. Giocare e ridere, si scopre, sono cose di cui molti animali hanno bisogno. Secondo un recente studio, almeno 65 animali, tra cui gorilla, uccelli come il pappagallo kea e persino orche, ridono!