

Een nieuw tijdperk van COVID-19

21 juli 2022

Als we de derde zomer van de COVID-19-pandemie ingaan, zou je merken dat er zoveel is veranderd.

We hoeven geen spullen meer af te vegen die we in de supermarkt hebben gekocht. We weten dat de nieuwe subvarianten in de lucht zijn en zeer besmettelijk zijn bij nauw contact in gesloten ruimtes of op plaatsen met slechte ventilatie. Ook de toegang tot vaccinatie en verschillende therapie-uitkomsten zijn al duidelijk verbeterd.

We zijn echter vermoeid door deze constante waakzaamheid om een COVID-19-infectie te voorkomen en het eist zijn tol. Iedereen wil verder. Dus hoe blijven we gefocust en doen we er alles aan om veilig te blijven en niet besmet te raken?

Overspanningen volgen

Met de introductie van COVID-19-testen voor thuisgebruik en het niet centraal verzamelen van resultaten, is het nauwkeurig volgen van gemeenschapsinfecties veel moeilijker geworden.

In een [e-mail aan de LATimes](#) zei Dr. Robert Wachter, voorzitter van de afdeling Geneeskunde van UC San Francisco, dat **"thuistesten leiden tot een duidelijke onderschatting van het aantal casussen. Het is duidelijk dat vele honderdduizenden mensen zichzelf nu diagnosticeren met positieve thuistests (in het algemeen plus symptomen, en deze worden niet gemeld."**

Naar schatting is het aantal infecties 5-6 keer hoger dan de officiële cijfers die worden aangegeven door de [COVID-gegevenstracker](#) van de Centers for Disease Control and Prevention (CDC).

Hoewel de nieuwe varianten veel besmettelijker zijn, zijn ze medisch minder gevaarlijk. Statistisch gezien blijven veel milde infecties door minder ziekenhuisopnames en sterfgevallen vaak niet geregistreerd.

Nuttige informatie

1. Afvalwatertesten: een systeem voor vroegtijdige waarschuwing

In het afgelopen jaar is het [testen van afvalwater](#) een [belangrijk nieuw hulpmiddel](#) gebleken bij het beoordelen van zowel het aantal als de soorten COVID-19-infecties.

Afvalwaterbewakingsgegevens van [de CDC en Biobot Analytics](#) (de huidige leverancier voor het NWSS COVID-19-afvalwatertestcontract van de CDC) **onthulden de aanwezigheid van de nieuwe en meer besmettelijke BA.4- en BA.5-omicron-subvarianten enkele maanden geleden, voordat het aantal gevallen begon sterk toenemen in de gemeente. Nu wijzen de**

resultaten op de dominantie van de BA.5-stam, die stroomstoten veroorzaakt in de VS en in landen over de hele wereld.

Nieuwe bevindingen uit de Bay Area in Californië onthulden de aanwezigheid van nog een andere nieuwe ommicron-subvariant in het afvalwater: de [BA 2.75-subvariant](#).

Momenteel dominant in India, begint BA.2.75 zich nu snel te verspreiden. Het ziektepatroon is nog onduidelijk.

In [een rapport van NBC Chicago](#), directeur klinische virologie Matthew Binnicker van de Mayo Clinic in Rochester, zei MN dat "het nog erg vroeg is om te veel conclusies te trekken" over BA.2.75 "maar het ziet er wel naar uit, vooral in India, de transmissiesnelheden laten een soort exponentiële toename zien." Of BA.2.75 BA.5 zal overtreffen valt nog te bezien, stelt NBC verder.

2. Bronnen van subvarianten

Telkens wanneer COVID-19 wijdverbreid raakt, neemt de kans op nieuwe varianten toe omdat het virus [voortdurend verandert door mutatie](#), wat resulteert in de vorming van nieuwe varianten.

De recente toename van COVID-19 in China zorgde voor [de detectie van een nieuwe variant, BA.5.2.1](#). Volgens Zhao Dandan, vice-directeur van de gezondheidscommissie van Shanghai, werd de zaak op 8 juli gevonden in het financiële district van Pudong, zoals Reuters meldde.

De [subvarianten BA.4 en BA.5](#) kwamen uit Zuid-Afrika toen COVID-19 zich verspreidde onder arme gemeenschappen, waar het verworven immunodeficiëntiesyndroom (AIDS) veel voorkomt.

Inmiddels is [de subvariant BA 2.75](#) ontstaan na een snelle en wijdverbreide verspreiding van COVID-19-infecties in India.

Om dit probleem aan te pakken zijn mondiale strategieën nodig. Op dit moment is er echter nog geen alomvattende planning, zelfs niet in de discussiefase. Binnen elk land zijn de financiële kosten van de pandemie enorm gestegen. Het bijeenbrengen van extra middelen is een enorme uitdaging, vooral met een aanhoudende crisis met voedseltekorten, klimaatverandering en algemene financiële instabiliteit.

Must-do-lijst voor myeloompatiënten in dit nieuwe tijdperk van COVID-19

1. Vermijd zoveel mogelijk besmetting!

Ondanks de vermoedelijkheid van een langdurige pandemie en de kans op aanhoudende, nieuwe en meer overdraagbare subvarianten, is het belangrijk om een COVID-19-infectie zoveel mogelijk te voorkomen.

Infecties, hoewel potentieel mild, kunnen leiden tot chronische symptomen zoals langdurige COVID. Deze langetermijngevolgen zijn waarschijnlijker bij een lage immuniteit en bij herinfecties met bijvoorbeeld BA.5. **Geef alsjeblieft niet op om gezond te blijven!**

2. Laat je vaccineren en boosten.

De huidige COVID-19-vaccins bieden nog steeds aanzienlijke bescherming tegen ernstige ziekten. Ik raad ten zeerste aan om die 2e booster te krijgen (zelfs een 3e, als het 4 maanden geleden is dat je de 2e booster-opname hebt ontvangen)

Een nieuw COVID-19-vaccin van Novavax is [goedgekeurd door de CDC](#) en [heeft een noodtoestemming gekregen van de FDA](#).

Dit op eiwit gebaseerde vaccin maakt gebruik van traditionele technologie en kan aantrekkelijk zijn voor patiënten die aarzelen om de nieuwere op mRNA gebaseerde vaccins te krijgen, zoals de Pfizer- en Moderna-vaccins.

“Eiwitsubeenheidvaccins verpakken onschadelijke eiwitten van het COVID-19-virus naast een ander ingrediënt, een adjuvans genaamd, dat het immuunsysteem helpt om in de toekomst op het virus te reageren. Vaccins die eiwitsubeenheden gebruiken, worden al meer dan 30 jaar in de Verenigde Staten gebruikt, te beginnen met het eerste gelicentieerde hepatitis B-vaccin. Andere eiwitsubeenheidvaccins die tegenwoordig in de Verenigde Staten worden gebruikt, omvatten die om te beschermen tegen griep en kinkhoest (acellulaire kinkhoest)”, stelt CDC in zijn [persbericht](#).

3. Draag maskers van de beste kwaliteit.

De huidige vaccins beschermen NIET tegen COVID-19-infecties, ze kunnen alleen voorkomen dat u ernstige symptomen krijgt en u helpen de ergste gevolgen te voorkomen.

Het dragen van maskers van de beste kwaliteit (zoals N95- en KN95-maskers) biedt de beste bescherming tegen een infectie. **Ik raad ten zeerste aan om een masker te dragen in alle situaties waar blootstelling aan het COVID-19-virus waarschijnlijk is, vooral binnenshuis, situaties waarin nauw contact onvermijdelijk is en in gesloten ruimtes met slechte ventilatie.**

Houd er rekening mee dat tijdens een vroege infectie een snelle thuistest een negatief resultaat kan opleveren tijdens de eerste infectieuze fase. Zo kan iemand die onlangs heeft gereisd en is blootgesteld aan COVID-19 negatief testen, maar nog steeds zeer besmettelijk zijn. Wees vooral voorzichtig met personen met een onbekende COVID-19-status, zelfs als ze asymptomatisch zijn.

4. Laat u testen wanneer de symptomen zich voordoen.

Vroege behandeling verbetert de resultaten. Als u symptomen vertoont, laat u dan meteen testen om te weten of verdere actie nodig is.

Inmiddels moet u hebben gehoord dat [president Joe Biden positief testte op COVID-19](#). Het goede nieuws is dat de president slechts milde symptomen ervaart en momenteel geïsoleerd werkt in het Witte Huis.

Na positief getest te zijn op COVID-19 en woensdagavond de volgende symptomen te ervaren: "een loopneus, vermoeidheid en af en toe een droge hoest", zoals gerapporteerd door CNN, meldde de 79-jarige Pres. Biden begon het antivirale medicijn Paxlovid™ te nemen.

Pres. Bidens arts Dr. Kevin O'Connor "merkte op dat de president voldeed aan de [criteria van de FDA](#) voor het gebruik van het antivirale Paxlovid", eraan toevoegend dat hij verwacht dat de president "gunstig zal reageren, zoals de meeste maximaal beschermde patiënten doen", stelt CNN verder.

Vanwege zijn leeftijd loopt de president "een verhoogd risico op een ernstiger geval van COVID-19, hoewel de CDC zegt dat oudere volwassenen die volledig worden gevaccineerd en geboost, hun risico op ziekenhuisopname en overlijden aanzienlijk verminderen", zei CNN.

CNN merkte op dat de president het 2-dosis Pfizer/BioNTech COVID-19-vaccin ontving voorafgaand aan zijn inauguratie in januari 2021, een eerste booster-injectie in september 2021 en een tweede booster-injectie op 30 maart van dit jaar.

Paxlovid is belangrijk om te overwegen als een vroege interventie. Er zijn echter veel potentiële geneesmiddelinteracties, bijwerkingen en zelfs een mogelijkheid van een "[COVID-19-rebound](#)", dus dit moet zorgvuldig met uw arts worden besproken.

Ik raad aan om van tevoren een recept bij de hand te hebben, maar houd er rekening mee dat dit geen automatisch wondermiddel is - het gebruik van Paxlovid is een zorgvuldig afgewogen beslissing.

Het herstel van infectie en symptomen een paar dagen na het stoppen met het gebruik van Paxlovid is bijzonder verontrustend geworden en vereist voorzichtigheid.

5. Werk zorgvuldig om respons te bereiken of remissie te behouden.

COVID-19 is het gevaarlijkst als myeloom actief of complex is, of als agressieve therapieën de patiënt kwetsbaarder maken. Het vereenvoudigen van de zorg en het onder controle houden van myeloom zijn dus topprioriteiten om perioden van verhoogd risico te minimaliseren.

Het handhaven van een stabiele remissie kan belangrijker zijn dan harder duwen om een diepere reactie te krijgen. Als een uitstekende respons (bijvoorbeeld MRD-negatief zijn) is bereikt, kan een autologe stamceltransplantatie (ASCT) misschien worden uitgesteld, op basis van de gelijkwaardigheid van de totale overleving die is opgemerkt in de recente [DETERMINATION-studie](#), met of zonder vroege ASCT.

Grotere waarschuwingen zijn een prioriteit in dit nieuwe tijdperk van de COVID-pandemie.

Het belang van een positieve houding

Ondanks de vele uitdagingen is het mogelijk om gezond en veilig te blijven. Het zal niet altijd gemakkelijk zijn en vertrouwen op enkele principes van veerkracht zal zeker helpen.

Laat je familie en goede vrienden je steunen bij alles wat het meest dringend is - of het nu gaat om het maken van afspraken, vervoer, de beste opties of gewoon een zware dag doorkomen.

Inspiratie uit het verleden

Er is zojuist een nieuw boek verschenen, [Elusive van Frank Close](#). Het boek vertelt het verhaal van de in Schotland wonende wetenschapper Peter Higgs die in Edinburgh woont (waar ik de medische faculteit heb gevolgd) en de Nobelprijs die hij ontving voor zijn werk in de theoretische natuurkunde.

Hij stond voor veel uitdagingen in zijn leven en werk, maar drie weken in de zomer van 1964 kwam hij met een theorie die de manier waarop we het universum begrijpen zou veranderen.

Hij beschreef wat later Higgs-deeltje werd genoemd - een zwaar deeltje dat massa aan het universum geeft en verklaart het onzichtbare deeltjesweb dat ons universum bij elkaar houdt. Het bestaan van het Higgs-deeltje werd bevestigd door studies aan de [Large Hadron Collider](#) - een apparaat van meerdere miljarden dollars in Zwitserland.

Een brede conclusie uit dit werk is dat de ruimte NIET LEEG is, maar gevuld met wat we vroeger ether noemden en we zijn als vissen die zwemmen in een onzichtbare oceaan. Het verbinden van de echte wereld die we ervaren met dit onzichtbare veld is echt verleidelijk.

Belangrijke boodschappen uit het boek zijn veerkracht, gefocust blijven en dat het bieden van eenvoudige antwoorden op fundamentele vragen lonend is.

Net zoals het Higgs-deeltje ongrijpbaar was in eerder onderzoek, is de wetenschapper zelf ook ontwijkend en teruggetrokken - hij wil geen publieke aandacht of bekendheid.

Voor Peter lijkt het lonend genoeg om de bouwsteen van het boson in het raamwerk van het universum te plaatsen; erkennen dat hij een **bescheiden 'reus'** in het veld is, biedt een opstaptijd voor degenen die volgen om de werking van de wereld om ons heen te ontdekken voorbij het Higgs-deeltje - dat velen hebben beschreven als het **'Goddeeltje'**.

Het komt neer op

Voor mij is het geruststellend dat constante nieuwe kennis nieuwe en betere antwoorden kan onthullen. **Laten we hopen dat nieuwe ontwikkelingen in zowel COVID-19 als myeloom ons in staat zullen stellen deze ziekten beter te beheersen en dat preventiestrategieën en genezing van myeloom in de nabije toekomst niet langer ongrijpbaar zullen zijn.**