

Gezond verstand en veerkracht in tijden van Covid

14 oktober 2021

In de afgelopen twee jaar zijn er grote controverses geweest over de vragen "Wat vertelt de wetenschap ons over COVID -19?" en "Wat is waar of niet waar?" Maar uiteindelijk geeft het verstrijken van de tijd ons de antwoorden. De IC's zitten vol met personen die geen COVID-19-vaccinaties hebben gehad, en slechts een zeer zeldzame persoon die volledig is gevaccineerd. Dit vertelt ons dat niet-vaccineren niet alleen een probleem is voor degenen op de IC's, maar ook voor degenen met wie ze contact hebben gehad, inclusief de kwetsbaren, zoals een myeloompatiënt. De radeloze en overwerkte gezondheidswerkers weten dit niet alleen, maar hebben de realiteit hiervan weken en maanden geleefd.

Het goede nieuws, meldt STAT, is dat "het adviespanel van de Food and Drug Administration donderdag unaniem heeft gestemd voor het autoriseren van booster-shots van het Moderna Covid-19-vaccin aan mensen van 65 jaar en ouder, die van 18 tot 64 jaar met risicofactoren voor ernstige Covid-19. 19, en degenen wier baan hen een hoog risico op ernstige complicaties van Covid-19 geeft, zoals gezondheidswerkers."

Waar gezond verstand werkt

In Duitsland zijn er sterke mandaten ingevoerd om de reacties op de COVID-19-pandemie te sturen. Zoals New York Times Opinion-columnist Alec MacGillis opmerkt, is Duitsland een land waar "de verzachtende maatregelen praktisch zijn". Het dragen van maskers in het openbaar vervoer (zoals treinen) is verplicht en de mensen gehoorzamen deels omdat wanneer ze zich in een veiligere omgeving buitenshuis bevinden, ze geen maskers hoeven te dragen. De eis is duidelijk, gemakkelijk te begrijpen en uitvoerbaar. Hebben we volledige wetenschappelijke gegevens over alle situaties waarin maskers echt een verschil maken en waar ze niet nodig zijn? Nee!

Maar het geven van verstandige, flexibele begeleiding leidt tot compliance en betere resultaten voor iedereen. Gezondheidsautoriteiten moeten de veranderende risico's met betrekking tot COVID-19, vooral met betrekking tot de Delta-variant, nog inhalen. Luchttransmissie is bijvoorbeeld het belangrijkste kenmerk van de Delta-variant. De aanwezigheid van virussen op oppervlakken is minder belangrijk.

Het is dus mogelijk om meer praktische benaderingen te hanteren voor het schoonmaken en het aanraken van knoppen en oppervlakken wanneer de

risico's van nieuwe transmissie erg laag zijn. Regels die kunnen worden begrepen en geaccepteerd, zullen absoluut prevaleren.

Een boostershot krijgen

Nogmaals, de rol van boostershots kan op veel manieren worden beoordeeld. Voor een myeloompatiënt is de informatie duidelijk. Veel myeloompatiënten krijgen geen goede antilichaamrespons of immuniteit met de traditionele twee doses Pfizer- of Moderna-vaccinaties of enkelvoudige J&J-vaccinaties. Het verhogen van deze lage niveaus met een extra opname is in feite een "no-brainer".

De Pfizer booster is al goedgekeurd en het belooft nu dat ook de Moderna en J&J boosters zeer binnenkort worden goedgekeurd. De Moderna-booster zal hoogstwaarschijnlijk een halve dosis zijn. Dit is geweldig nieuws! De rol van wat mixen en matchen wordt genoemd, blijft onduidelijk. Het innemen van de Pfizer-booster na de Moderna-vaccinatie blijkt echter veilig en effectief te zijn. Het lijkt erop dat het nemen van een Pfizer- of Moderna-booster na een J&J-vaccinatie een bijzonder nuttige verhoging van de antilichaamspiegels kan geven.

Mentaal voorbereiden op de toekomst

Een recent artikel, genaamd "Wat de toekomst kan brengen voor het Coronavirus en ons", bespreekt de waarschijnlijke scenario's in de komende jaren. Het is het beste om voorbereid te zijn om beschermd te worden tegen COVID-19 en te verdedigen tegen wat de komende jaren gemeenschapsinfecties zullen zijn. Vaccinatie wordt de norm en verstandig gebruik van maskers wordt een vaste gewoonte, zoals al jaren het geval is in Azië. Wereldwijd reizen zal sterk worden beïnvloed door de uiteindelijke vaccinatiepatronen van land tot land en van regio tot regio. Zakken met niet-gevaccineerde personen lopen het risico op nieuwe infecties wanneer het virus zich voordoet in omliggende gemeenschappen, en zelfs wereldwijd, vanwege reizen. Het opvoeren van beschermende gezondheidsmaatregelen zal de sleutel zijn.

En het leven gaat door

Ondanks de trauma's van de afgelopen twee jaar gaat het leven door. Het IMF heeft het voorrecht om samen te werken met arts-experts, gezondheidswerkers en patiënten over de hele wereld. Het voordeel van de Zoom-wereld waarin we vandaag leven, is dat er nog veel meer kunnen worden verbonden en opgeleid.

Asian Myeloma Network

Een zeer actieve groep is het Asian Myeloma Network, bestaande uit myeloomexperts uit China, Hong Kong, Maleisië, Taiwan, Japan, Zuid-Korea,

Singapore en Thailand, en ondersteund door het IMF. In een virtuele setting zijn momenteel de AMN Annual Summit-activiteiten van 2021 aan de gang. Vorige week bracht de eerste gezamenlijke Aziatische patiëntenbijeenkomst patiënten uit de acht lidstaten samen om middelen te bespreken en te delen en toekomstige, hopelijk persoonlijke ontmoetingen te plannen. Robin Tuohy, IMF Vice President, US Support Groups, presenteerde de online bronnen ("toolbox") die beschikbaar zijn voor patiënten in de VS. Dit voorbeeld werd buitengewoon goed ontvangen en zal als model worden gebruikt in Azië.

Aanstaande is een Masterclass voor Aziatische artsenopleiding, volgende week gevolgd door de tweedaagse Virtual Summit, met een reeks presentaties en werkgroepactiviteiten vergelijkbaar met de jaarlijkse International Myeloma Working Group Summit die eerder dit jaar werd gehouden. Al met al wordt een alomvattende voortzetting van deze gezamenlijke inspanningen door alle deelnemers zeer gewaardeerd.

Geaard en sterk blijven

In deze uitdagende tijden is het dus belangrijk om te onthouden dat wijsheid van gezond verstand niet genegeerd mag worden en misschien wel de beste gids is om gezond te blijven en een positief perspectief te hebben voor de toekomst. Samen komen we hier doorheen!