

Essere Vulnerabili E' Diverso: Una Guida Passo Passo Di Sicurezza Per COVID-19

27 gennaio 2022

I pazienti affetti da mieloma hanno un rischio maggiore di sviluppare complicazioni dovute all'infezione da COVID-19. Un recente profondo articolo di Jon Gluck sul Washington Post, "Questo è un momento pericoloso della pandemia per gli quelli come me. Non dimenticateci.", osserva che le persone vulnerabili (come i pazienti affetti da mieloma) devono tracciare il proprio percorso verso la sicurezza. Le regole più casuali non valgono solo per i meno vulnerabili.

Inoltre, come sottolineato nel nuovo libro, *The Eye Test* di Chris Jones, tutti i numeri e le segnalazioni che sentiamo ogni giorno devono essere visti (o guardati) con l'appropriata cautela. Anche se abbiamo bisogno di essere guidati dalla scienza, il buon senso dovrebbe comunque applicarsi nello sviluppo di un ottimo piano

Tenendo a mente questo, riassumerò prima la situazione attuale con la variante omicron, poi offrirò una guida passo passo per i pazienti affetti da mieloma.

Riassunto dell'aumento della variante omicron: una nuova variante è in agguato?

- **Ragioni per essere ottimisti**

C'è un certo ottimismo, poiché l'ondata di nuovi casi di omicron sta ora iniziando a diminuire negli Stati Uniti, specialmente nel nord-est e in California. È troppo presto per aspettarsi che la pandemia finisca? C'è una nuova variante in agguato? Le opinioni di diversi esperti sono riassunte in un recente articolo sul L.A. Times: "Un'altra variante devastante seguirà l'omicron? Gli esperti discutono sul futuro del COVID-19, sull'"endgame".

Durante la notte, un nuovo rapporto ha indicato il rilevamento di una "stealth variante " di omicron. Questa nuova variante è di basso livello e non è classificata come una variante preoccupante. Tuttavia, questa sottovariante viene rilevata a livello globale, specialmente in Danimarca e nel Regno Unito in questo momento. I ricercatori monitoreranno con molta attenzione questa variante e qualsiasi altra potenziale variante.

- **Buone notizie dal Sud Africa**

Per prospettiva, essere consapevoli di ciò che è accaduto in Sud Africa nelle 8 settimane da quando è emersa per la prima volta la variante omicron può essere utile. Il 18 gennaio 2022, CBS News ha raccontato la storia secondo cui il Sud Africa ha superato l'omicron.

Il livello di infezioni da omicron è sceso molto rapidamente da un picco elevato come quella che avviene oggi negli Stati Uniti, In un periodo delle 8 settimane, la vita a Johannesburg è tornata a una fantastica normalità nei ristoranti e anche l'ingorgo è iniziato. C'è sicuramente la speranza che avvenga una svolta.

- **Motivi di cautela**

È qui che entra in gioco la cautela degli esperti, come notato dal L.A. Times. C'è un forte consenso sul fatto che un'altra variante sia, effettivamente, in agguato a causa del livello molto alto di infezioni globali, sia ora che nei prossimi mesi. È necessaria una migliore preparazione,

comprese analisi di sequenza più aggressive anche di picchi minori e concentrarsi sulle analisi delle acque reflue sempre più referenziate, che possono indicare le prime tendenze in una comunità

• Il lavoro che è necessario ora

È necessario fare molto lavoro per la potenziale transizione da una pandemia a un'infezione endemica, il che significa che COVID-19 è a un livello basso dell'1% con un tasso di positività di 10 casi o meno/100.000 residenti. Il reality check qui è che, ad esempio in California, il tasso di positività è compreso tra il 13,8% (contea di Los Angeles) e il 26,6% (contea di San Diego), ovviamente ancora lontano dall'obiettivo dell'1%. Abbiamo bisogno disperatamente di vaccini che coprano tutte le potenziali varianti anche che riducano la suscettibilità alle infezioni nelle aree del naso e della bocca/gola. Si stanno discutendo approcci creativi come vaccini orali e nasali.

• Terapie antivirali

Gli esperti sottolineano inoltre con forza il valore delle terapie antivirali, compresi gli anticorpi monoclonali e le capsule antivirali orali di Pfizer e Merck. Hanno anche sottolineato l'attuale mancanza di disponibilità per queste terapie.

Un altro sentito articolo della giornalista del New York Times, Rebecca Robbins: "Quando mia madre ha avuto il Covid, sono andato a cercare le pillole di Pfizer", richiama l'attenzione sulla mancanza di accesso a farmaci cruciali per i più vulnerabili. Nonostante tutte le sue intuizioni e connessioni, l'ottenere delle pillole (le pillole antivirali di Pfizer, note come Paxlovid™, quasi non è avvenuto, principalmente a causa del rifiuto di/ reazione ad avere una consultazione di persona in questo mondo virtuale prima di autorizzare una prescrizione, il che ritarda gravemente il processo.

Guida passo passo

Con questo riassunto modernissimo, Permettetemi di offrirvi quattro passi concreti per i pazienti affetti da mieloma:

Passo 1: Evita L'infezione, Se E' Possibile!

Come sottolineato da Jon Gluck nel suo articolo sul Washington Post, un'infezione da COVID-19 non dovrebbe essere presa alla leggera da un paziente con mieloma. Oltre ai rischi immediati da infezione, c'è anche la possibilità di problemi cronici, come il cosiddetto COVID-19 a lungo raggio. La probabilità che si verifichino sintomi a lungo raggio legati all'omicron non è ancora completamente compreso, sebbene stia già accadendo.

Quindi, consiglieri di fare quanto segue per una migliore prevenzione:

1. Fatti vaccinare (sono preferibili le serie di vaccini primari a 2 dosi Pfizer o Moderna) e un'iniezione di richiamo (un'iniezione aggiuntiva dopo la serie di vaccini primari a 2 dosi per Pfizer e Moderna; puoi anche ottenere un'iniezione di richiamo Pfizer o Moderna se in precedenza hai ricevuto un singolo dosaggio di vaccino J&J.) Questo fornisce protezione contro malattie gravi.

Per coloro che hanno ricevuto il colpo di richiamo ma hanno ancora bassi livelli di anticorpi anti-COVID o hanno dubbi che questo possa essere il caso, ci sono due scelte:

- Considerare di ottenere **un secondo colpo di richiamo** o;
- Cercare di ottenere **il trattamento di anticorpi Evusheld** per aumentare i livelli di anticorpi ricevendo anticorpi attraverso un'iniezione intramuscolare. Ciò può aumentare i livelli di anticorpi (come indicato di seguito) per circa 6 mesi.

2. Per una sfortunata percentuale di pazienti, i livelli di anticorpi possono rimanere bassi. In tale situazione, considerare il trattamento con anticorpi monoclonali se i livelli di anticorpi sono bassi e/o se si teme che possa essere così.

3. **Evusheld** è stato recentemente approvato, di cui ho parlato nel mio blog precedente. Questa combinazione di anticorpi monoclonali (come iniezione intramuscolare) è efficace, con una riduzione dell'83% del rischio di infezione da COVID-19 a 6 mesi. Tuttavia, l'accessibilità è un problema; l'FMI sta ora cercando modi per assistere i pazienti e migliorare la disponibilità di Evusheld

Passo 2: intervento precoce

Se sei stato esposto a qualcuno infetto da COVID-19, se il risultato del tuo test COVID-19 risulta positivo (attraverso una PCR o un test rapido dell'antigene) o se stai osservando o manifestando sintomi preoccupanti, **contatta il tuo medico il prima possibile** .

Siate consapevoli che sono disponibili trattamenti antivirali di intervento precoce per **bloccare l'infezione sul nascere**, si spera.

1. Remdesivir continua ad essere disponibile. Un'infusione di tre giorni (ricoverata o ambulatoriale), questo è stato il trattamento ricevuto dall'ex presidente Trump quando è risultato positivo al COVID-19 e successivamente si è ripreso. La FDA ha recentemente ripubblicato l'autorizzazione all'uso di emergenza (EUA) per Remdesivir.

2. Paxlovid è il trattamento con capsule orali che Rebecca Robbins ha cercato con grande difficoltà per sua madre! Questo trattamento (un corso di 5 giorni per via orale) ha prodotto una riduzione dell'88% dei ricoveri e dei decessi nello studio cardine – risultati piuttosto impressionanti, di sicuro. C'è chiaramente uno sforzo importante per migliorare la disponibilità di Paxlovid.

3. Molnupiravir è la seconda capsula orale disponibile per il trattamento della malattia precoce, in questo caso una riduzione del 52% dei relativi ricoveri e decessi. Meno impressionante, ma comunque significativo.

4. Sotrovimab è un altro prodotto anticorpo monoclonale contro COVID-19, approvato per il trattamento del COVID-19 da lieve a moderato. I dati degli studi ad interim hanno indicato una riduzione dell'85% dei ricoveri e dei decessi a 29 giorni.

Passo 3: Non buttare via le tue mascherine!

Poiché omicron (e potenzialmente varianti future) possono diffondersi rapidamente, le tecniche di test e traccia vecchio stile non funzionano. L'infezione da omicron si diffonde PRIMA che i sintomi emergano e frequentemente, PRIMA che si ottengono i risultati della PCR (il test sensibile più affidabile). Ovviamente, col tempo, troveremo test rapidi più sensibili e affidabili. Ma per ora, e nel prossimo prevedibile, i pazienti affetti da mieloma sono protetti al massimo dalle mascherine.

Le maschere funzionano molto bene e ora le maschere N95 e KN95 sono ampiamente disponibili e vengono persino distribuite GRATUITAMENTE dalle scorte del governo. Indossare una maschera può tenerti al sicuro, in particolare se il livello di infezione nella comunità è elevato e/o se si sospetta un nuovo aumento (ad esempio, dalle analisi delle acque reflue). Nonostante tutte le controversie sulle mascherine, si consiglia ai pazienti affetti da mieloma di indossare le mascherine in tutte le situazioni di preoccupazione!

Passo 4 Mantieni la concentrazione sul mieloma.

La priorità assoluta è raggiungere o sostenere la remissione del mieloma.

In un certo senso, il passo 4 può anche essere considerato come il passo 1 perché avere il mieloma in remissione ha un impatto così positivo nel raggiungimento dei migliori risultati. Sfortunatamente, i pazienti con mieloma non possono dire quando potrebbe verificarsi una sfortuna di contrarre COVID-19. La cosa straordinaria è che molti risultati positivi all'omicron non hanno idea di come o dove siano stati esposti. Pertanto, esercitare estrema cautela è la regola quando i livelli di infezione sono elevati.

Nel caso del mieloma attivo, è fondamentale insistere al massimo per le opzioni descritte nel passo 3, quando un test COVID-19 risulta positivo.

L'FMI è disponibile ad aiutare e continuerà a esplorare soluzioni ai problemi di accesso a breve termine. Come discusso in passato, si prega di parlare con il medico di eventuali cambiamenti nel trattamento per migliorare le risposte anticorpali ai vaccini o ai colpi di richiami. Sostenere la migliore terapia possibile per il mieloma rimane la priorità assoluta.

La conclusione: Rimani ottimista

Nonostante tutte le cautele e le preoccupazioni, c'è un tangibile ottimismo sul fatto che stiamo davvero girando l'angolo quando si tratta della pandemia di COVID-19 e che emergerà una situazione endemica con livello più basso. Chiaramente, è necessario molto lavoro in corso per assicurarsi che ciò che è dietro l'angolo sia, in effetti, un grado di normalità che sarà meno stressante e meno impegnativo a causa del nostro stato di vaccinati e potenziati e perché abbiamo lavorato sul nostro positivo resilienza. Vediamone il lato positivo.