

We zullen hier samen overheen komen

9 april, 2020

In het weekend keek ik omhoog naar de lucht in Los Angeles en zag een klein vliegtuig de bemoedigende woorden schrijven: 'We komen er samen doorheen.' Na weken thuis te zijn geweest, handen te wassen en de aanbevolen veiligheidsmaatregelen te volgen om COVID-19 te voorkomen, is het belangrijk om dankbaar te zijn voor het gezond blijven en vooruit te kijken naar de komende maanden terwijl we ons samen aanpassen aan onze nieuwe norm. 'Wie kies jij om te zijn tijdens COVID-19?', vraagt Dr. Tamer Issa in een bespreking van onze opties. We kunnen ervoor kiezen om bang te zijn, te leren en te groeien. De keuze is aan ons. Het is prima om elk van deze drie opties op verschillende momenten tijdens deze uitdagende tijd te ervaren.

Nieuwe, bemoedigende informatie

Om realistisch over de toekomst na te kunnen denken, is het behulpzaam om te weten wat we leren en hoe we allemaal kunnen bijdragen aan de veiligheid en gezondheid van onszelf en van anderen.

Impact van COVID-19 op de myeloomgemeenschap: Gelukkig zijn er maar weinig myeloompatiënten ernstig getroffen door de COVID-19-infectie. Door fysiek afstand, handen wassen en andere strikte maatregelen in heel Azië en in andere gebieden over de hele wereld krachtig door te voeren, blijft het aantal geïnfecteerde en ernstig zieke myeloompatiënten zeer laag. In San Francisco bijvoorbeeld, implementeerde de burgemeester al vroeg zeer strikte richtlijnen, en tot nu toe werden geen patiënten van het zeer drukke myeloomprogramma van de University of California, San Francisco (UCSF) getroffen door COVID-19. Evenzo zijn er in de zeer drukke Myeloma Clinic in Heidelberg Duitsland- die ook al vroeg strikte richtlijnen implementeerde- geen met COVID-19 geïnfecteerde patiënten. Waar het op neerkomt is dat we hebben geleerd dat thuis blijven de patiënten beschermt!

Verbeterd beheer van met COVID-19 geïnfecteerde patiënten:

Een myeloom patiënt in China raakte geïnfecteerd en werd behoorlijk ziek, maar werd met succes behandeld met het tocilizumab (een monoklonaal anti-IL 6-antilichaam) om de storm van cytokines letterlijk te doorstaan. Deze storm maakt patiënten erg ziek en aan het 'crashen' vertelden artsen aan NPR. Deze behandeling is zeer bemoedigend en wordt nu geëvalueerd in klinische onderzoeken. Er is een beter begrip en beter beheer van patiënten die een laag zuurstofgehalte in het bloed ontwikkelen. Het COVID-19 virus valt direct hemoglobine aan, het zuurstof dragende molecuul in rode bloedcellen dat zuurstof van de longen naar organen en weefsels transporteert. Dit betekent dat het zuurstofgehalte in het bloed heel laag kan dalen. Bovendien blijkt door vochtophoping in de longen dat zelfs de hoge druk van ventilatoren geen zuurstof via de met vocht gevulde longzakken in de bloedbaan kan krijgen. Door een zachtere aanpak te gebruiken, met alleen zuurstof door de neus(canule)en eenvoudiger hulpmiddelen, kunnen de patiënten de zuurstof krijgen die ze nodig hebben. Het zou zeer nuttig zijn als er minder behoefte is aan ventilatoren. Een nieuwe aanpak met stikstofoxide, die de bloedstroom verhoogt, kan ook helpen om de zuurstofstroom in de bloedstroom te verbeteren.

Veel anti COVID-19-virustherapieën worden geëvalueerd: naast de behandelingen die ik in mijn laatste blogposts heb genoemd, is een onverwachte toevoeging aan de lijst de formele beoordeling van Selinexor, een behandeling met myeloom. Een laag gedoseerd Selinexor-behandelprotocol zal worden geïmplementeerd. Dit is interessant en opwindend nieuws.

Wat te verwachten in de komende weken

Een belangrijk onderdeel van het 'hier doorheen komen' is het hebben van realistische verwachten voor de komende weken en maanden. Enkele belangrijke mijlpalen en datasets die ons kunnen helpen: Wuhan, China, het epicentrum van de COVID-19-pandemie, versoepelt na 76 dagen van volledige afsluiting deze week de fysieke en sociale afstandsbeperkingen, hoewel maskers nog steeds vereist zijn. Treinen rijden en vluchten zijn hervat. COVID-19-zaaknummers zijn extreem laag en we hopen dat ze zo blijven. Maar alleen de tijd zal het leren. Dit proces van terugkeer naar normaliteit, ongeveer drie maanden na het begin van de crisisperiode, wordt wereldwijd nauwlettend gevolgd. De COVID-19-infectie kwam eind december 2019 naar voren (hoewel het zeker iets eerder was verspreid), en de bron van de infectie (de Wuhan-markt voor levend voedsel) werd op 1 januari 2020 gesloten, terwijl het al werd opgemerkt dat het in de gemeenschap.

Waar het op neerkomt : we moeten echt kijken en zien hoe de versoepeling van de beperkingen in Wuhan werkt. Het is een test voor ons allemaal om te begrijpen of er een vroege terugkeer naar een nieuw normaal kan zijn en hoe dat nieuwe normaal eruit ziet.

Voor de VS is de equivalente periode van drie maanden van gemeenschapsverspreiding maart, april en mei, hoewel het waarschijnlijk is dat, net als China, eerdere verspreiding zich heeft voorgedaan. Sommige staten, zoals Californië en Washington, zijn getuige geweest van veel lagere caseloads in verband met vroege beperkingen en behoren mogelijk tot de eersten die de kans krijgen om terug te keren naar de nieuwe norm. Sommige staten en gemeenschappen zullen ongetwijfeld later zijn. De afvlakking van de curven van COVID-19 is geweldig en redt levens, maar verlengt de curven ook voor extra weken.

De eerste resultaten van IJsland zijn zojuist gepubliceerd. Dit elegante overzicht van COVID-19-infecties in IJsland biedt veel details over het voorkomen en de verspreiding van COVID-19 op gemeenschapsniveau:

Ten eerste hebben ze door moleculaire sequentiebepaling van het virus verschillende mutaties of stammen (die ze clades noemen) van het virus gedocumenteerd. Het is mogelijk om stammen te volgen die afkomstig zijn uit Italië, Oostenrijk, het VK, Denemarken en een soort die is gekoppeld aan de Amerikaanse westkust. De identificatie van de verschillende soorten maakt het mogelijk om de gemeenschap te volgen die de herkomst kan beoordelen van reizigers die IJsland vanuit de hele wereld binnenkomen. Een patiënt had twee virusstammen. Dit is belangrijk omdat het virus, naarmate het groeit, opnieuw kan combineren, waardoor een nieuwe soort ontstaat die een combinatie is van de oorspronkelijke twee. Dus, meerdere blootstellingen aan verschillende stammen voor een individu worden een zorg.

Ten tweede hebben de onderzoekers een basislijn gecreëerd voor doorlopende populatieanalyses en onderzoeken van symptomatische patiënten en contacten.

De voortdurende verspreiding van de gemeenschap wordt gedocumenteerd en waarschuwt iedereen voor de uitdagingen die voor ons liggen bij het proberen COVID-19 in te dammen en een vaccin te ontwikkelen. (Hier is een overzicht van de vaccinvooruitzichten van COVID-19, vandaag gedeeld op Twitter door IMF-lid van de Raad van Bestuur, Dr. S. Vincent Rajkumar van Mayo Clinic.)

Veiligheid voor de toekomst

We beginnen te leren over de herstelfasen van COVID-19-infecties:

Wanneer een patiënt herstelt, verschijnen er antilichamen tegen het virus in het bloed. Het is nu mogelijk om deze antilichamen te meten en dergelijke tests zullen essentieel worden om te beoordelen hoe veilig het is voor individuen om fysiek contact met anderen te hervatten en te reizen. De eerste resultaten duiden op verschillende patronen van antilichaamreactie, wat suggereert dat het enige tijd zal duren voordat het veilig is over veilige antilichaamniveaus of patronen. Dit suggereert dat het dragen van maskers en het nemen van je temperatuur belangrijk kan blijven om de verspreiding te beperken als de infectiestatus van een persoon onzeker is. Persoonlijke apparaten, zoals de Oura smart ring, die momenteel wordt getest bij UCSF, kunnen nuttig en zelfs essentieel zijn. Onderzoekers onderzoeken of door het apparaat verzamelde gegevens, gecombineerd met reacties op dagelijkse symptoomonderzoeken, ziektesymptomen kunnen voorspellen.

Het testen van afvalwater op de aanwezigheid van COVID-19 kan een andere leidraad zijn voor de veiligheid van de lokale regio. Een onderzoek in Massachusetts toonde een hoog COVID-19-gehalte in het afvalwater aan, nog voordat uitgebreide verspreiding over de gemeenschap bekend was.

Nieuwe voorbeelden van veerkracht

Aanpassen aan de nieuwe norm is een uitdaging. Maar we kunnen bemoediging krijgen van de wereld om ons heen. In Wales bijvoorbeeld, besloot een kudde geiten dat niemand op pad was (vanwege het coronavirus) dat dit een uitstekende gelegenheid was om de stad te verkennen voor eten! Maar de hoogste onderscheiding van het dierenrijk voor innovatie in geval van tegenslag gaat naar vogels, die, zo blijkt uit een recente studie, uiterst creatieve inspanningen leveren om voedsel te zoeken. Ze zetten aas voor vissen en volgen boten die vis in hun kielzog roeren.

Wij mensen zijn ook behoorlijk goed in improviseren. De leden van de Connecticut Multiple Myeloma Fighters Information-groep hielden bijvoorbeeld hun eerste virtuele ondersteuningsgroepbijeenkomst op 8 april. "We hadden de gelegenheid om elkaar te zien en bij te praten over het leven en de veiligheid van myeloompatiënten en het coronavirus," zei Robin Tuohy, vice-president, IMF-steungroepen. 'Ik denk dat we het leukst vonden om gewoon te delen en samen te lachen. Hoorzitting over openingsdag en een van de zoon van ons lid die zijn eerste vis vangt! Een ander lid vertelde over de geboorte van zijn kleindochter. Het leven gaat door!"

Het leven gaat door en we komen er samen doorheen.