

Wir werden das gemeinsam durchstehen

Am Wochenende schaute ich in Los Angeles zum Himmel und sah ein kleines Flugzeug, das die ermutigenden Worte am Himmel schrieb: "[Wir werden das gemeinsam durchstehen](#)."

Nach wochenlangem Aufenthalt zu Hause, Händewaschen und Einhaltung der empfohlenen Sicherheitshinweise zur Vorbeugung von COVID-19 ist es wichtig, dankbar zu sein, dass wir gesund bleiben und auf die kommenden Monate zu schauen, während wir uns gemeinsam an unsere neue Normalität anpassen.

"Wie wollen Sie in dieser Zeit sein?" Dr. Tamer Issa fragt in einem [Gespräch](#) über unsere Möglichkeiten. Wir können uns entscheiden, ängstlich zu sein, zu lernen und zu wachsen. Die Wahl liegt bei uns. Und es ist in Ordnung, jeden dieser drei Optionen in dieser herausfordernden Zeit in den unterschiedlichsten Momenten zu erleben.

Ermutigende neue Informationen

Um realistisch über die Zukunft nachzudenken, ist es hilfreich zu wissen, was wir lernen und wie wir alle zur gemeinsamen Sicherheit und Vernunft beitragen können.

- **Einfluss von COVID-19 auf die Myelomgemeinschaft:** Glücklicherweise waren nur wenige Myelompatienten stark von der COVID-19-Infektion betroffen. Durch die starke Umsetzung der physischen Distanzierung, Händewaschen und anderen strengen Maßnahmen in ganz Asien und in anderen Regionen der Welt bleibt die Anzahl infizierter und schwerkranker Myelompatienten sehr gering. In San Francisco beispielsweise hat der Bürgermeister frühzeitig sehr strenge Richtlinien eingeführt und bisher sind keine Patienten im Myelomprogramm der sehr beschäftigten Universität von Kalifornien in San Francisco (UCSF) von COVID-19 betroffen. Ebenso gibt es in der stark frequentierten Myelomklinik in Heidelberg, bei der ebenfalls frühzeitig strenge Richtlinien eingeführt wurden, keine COVID-19-infizierten Patienten.

Fazit: Wir haben gelernt, dass das Zuhausebleiben zum Schutz der Patienten beiträgt!

- **Verbessertes Management von COVID-19-infizierten Patienten:**

- Ein [Myelompatient in China](#) wurde infiziert und wurde sehr krank, wurde jedoch erfolgreich mit dem Tocilizumab (einem monoklonalen Anti-IL 6-Antikörper) behandelt, um den Zytokinsturm zu überstehen. Dieser Zytokinsturm macht Patienten sehr krank und führt zu einem Zusammenbruch, [sagten Ärzte gegenüber NPR](#). Diese Behandlung ist sehr ermutigend und wird derzeit in klinischen Studien evaluiert.

- Es gibt ein besseres Verständnis und Management für Patienten, die einen niedrigen Blutsauerstoffgehalt entwickeln. Das COVID-19-Virus [greift direkt das Hämoglobin an](#), das sauerstofftragende Molekül in roten Blutkörperchen, das Sauerstoff von der Lunge zu Organen und Geweben transportiert. Das bedeutet, dass der Blutsauerstoffgehalt sehr niedrig werden kann. Aufgrund der Flüssigkeitsansammlung in der Lunge stellt sich außerdem heraus, [dass selbst die von Beatmungsgeräten erzeugten hohen Drücke](#) keinen Sauerstoff durch die mit Flüssigkeit gefüllten Lungensäcke in den Blutkreislauf bringen können. Die

Verwendung eines schonenderen Vorgehens ausschließlich mit Sauerstoff durch die Nase (Kanüle) und einfacheren Hilfsmitteln kann den Patienten helfen, den Sauerstoff zu erhalten, den sie benötigen. Es wäre äußerst hilfreich, wenn weniger Beatmungsgeräte benötigt würden. Ein neuartiger Ansatz unter Verwendung von Stickoxid, der den Blutfluss erhöht, kann ebenfalls hilfreich sein und [wird evaluiert](#), um auch den Sauerstofffluss in den Blutstrom zu verbessern.

- **Viele Anti-COVID-19-Virustherapien werden derzeit**

evaluiert: Zusätzlich zu den in [meinen letzten Blog-Beiträgen](#) erwähnten Punkten ist die formale Bewertung von Selinexor, einer Myelombehandlung, eine unerwartete Ergänzung der Liste. Ein Protokoll der niedrig dosierten Selinexor-Behandlung [wird implementiert](#). Das sind interessante und aufregende Neuigkeiten.

Was Sie in den kommenden Wochen erwartet

Ein wichtiger Teil des "Durchstehens" sind realistische Erwartungen für die kommenden Wochen und Monate. Einige wichtige Meilensteine und Daten, die uns leiten können sind wie folgt:

- Nach 76 Tagen völliger Sperrung lockert Wuhan, China, das Epizentrum der COVID-19-Pandemie, diese Woche die physischen und sozialen Distanzierungsbeschränkungen, obwohl noch Masken erforderlich sind. Züge fahren und Flüge werden wieder aufgenommen. Die COVID-19-Fallzahlen sind extrem niedrig, und es besteht die Hoffnung, dass das auch so bleibt. Aber nur die Zeit wird es zeigen. Dieser Versuch einer Rückkehr zur Normalität, ungefähr drei Monate nach dem Beginn der Krisenperiode, wird weltweit genau beobachtet. Die COVID-19-Infektion trat Ende Dezember 2019 auf (obwohl sie sich sicherlich etwas früher ausgebreitet hatte), und die Infektionsquelle (der Wuhan-Markt für lebende Tiere) wurde am 1. Januar 2020 geschlossen, als es bereits festgestellt wurde, dass die Infektion in der Gemeinschaft ausgebreitet hatte.

Fazit:

- Wir müssen wirklich beobachten und sehen, wie die Lockerung der Beschränkungen sich in Wuhan auswirkt. Es ist ein Test, damit wir alle verstehen, ob es zu einer frühen Rückkehr zu einer neuen Normalität kommen kann und wie diese neue Normalität aussehen wird.
- Für die USA beträgt die entsprechende dreimonatige Ausbreitung in der Gemeinschaft März, April und Mai, obwohl (wie in China) mit hoher Wahrscheinlichkeit eine frühere Ausbreitung aufgetreten ist. Einige Staaten, wie Kalifornien und Washington, haben viel geringere Fallzahlen im Zusammenhang mit frühen Beschränkungen erlebt und gehören möglicherweise zu den frühesten Staaten, die die Möglichkeit haben, zur neuen Normalität zurückzukehren. Einige Staaten und Gemeinden werden es sicherlich später erleben. Die Abflachung der Kurven des Auftretens von COVID-19 ist groß und rettet Leben, verlängert aber auch die Kurven um weitere Wochen.

- Die [ersten Ergebnisse aus Island](#) wurden gerade veröffentlicht. Diese stilvolle Umfrage zu COVID-19-Infektionen in Island bietet viele Details zum Auftreten und zur Verbreitung von COVID-19 auf Gemeindeebene:

- Erstens haben sie durch molekulare Sequenzierung des Virus mehrere Mutationen oder Stämme (die sie Kladen nennen) des Virus dokumentiert. Es ist

möglich, Stämme aus Italien, Österreich, Großbritannien, Dänemark und einem mit der Westküste der USA verbundenen Stamm zu verfolgen. Die Identifizierung der verschiedenen Stämme ermöglicht eine Community-Verfolgung, mit der man die Herkunft von Reisenden aus der ganzen Welt, die nach Island einreisen, bestimmen kann. Bei einem Patienten wurden zwei Virusstämme festgestellt. Das ist wichtig, da das Virus mit zunehmendem Wachstum rekombinieren und [einen neuen Stamm bilden](#) kann, der eine Kombination der beiden ursprünglichen Stämme darstellt. Daher wird jede mehrfache Exposition gegenüber verschiedenen Stämmen für ein Individuum zu einem Problem.

- Zweitens haben die Forscher eine Grundlage für laufende Populationsanalysen und Studien von symptomatischen Patienten und Kontakten geschaffen.
- Die fortlaufende Verbreitung in der Gemeinschaft wird dokumentiert und macht alle, die COVID-19 einzudämmen und einen Impfstoff zu entwickeln versuchen, auf die bevorstehenden Herausforderungen aufmerksam. **(Hier ist eine [Übersicht über die Aussichten für COVID-19-Impfstoffe](#), die heute vom IWF-Vorstandsmitglied Dr. S. Vincent Rajkumar von der Mayo Clinic auf Twitter geteilt wurde.)**

Sicherheit für die Zukunft

Wir beginnen etwas über die Heilungsphasen der COVID-19-Infektionen zu lernen:

- Wenn sich ein Patient erholt, erscheinen Antikörper gegen das Virus im Blut. Es ist jetzt möglich, diese Antikörper zu messen und solche Tests werden notwendig, um zu beurteilen, wie sicher es für Menschen ist, wieder physischen Kontakt mit anderen aufzunehmen und zu reisen. [Erste Ergebnisse](#) zeigen unterschiedliche Muster der Antikörperantwort, was darauf hindeutet, dass es einige Zeit dauern wird, bis man sichere Antikörperniveaus oder -muster erhalten kann. Das deutet darauf hin, dass das Tragen von Masken und das Messen Ihrer Temperatur wichtig bleiben können, um die Ausbreitung zu begrenzen, wenn der Infektionsstatus einer Person unklar ist. Persönliche Geräte wie der Oura Smart Ring, der [derzeit an der UCSF getestet wird](#), können sich als nützlich oder sogar unerlässlich erweisen. Die Forscher untersuchen, ob vom Gerät gesammelte Daten in Kombination mit Antworten auf tägliche Symptomumfragen Symptome der Krankheit vorhersagen können.
- Die Prüfung des Abwassers auf das Vorhandensein von COVID-19 kann einen weiteren Hinweis auf die Sicherheit der Region geben. Eine [Studie in Massachusetts](#) zeigte einen hohen COVID-19-Gehalt im Abwasser, noch bevor eine weitgehende Verbreitung in der Gemeinde bekannt war.

Neue Beispiele für Resilienz

Die Anpassung an die neue Normalität ist eine Herausforderung. Aber wir können von der Welt um uns herum Ermutigung erhalten. In Wales zum Beispiel entschied [eine Herde Ziegen](#), die bemerkte, dass niemand unterwegs war (aufgrund des Coronavirus), dass das eine ausgezeichnete Gelegenheit war, die Stadt nach Nahrung zu erkunden! Die höchste Auszeichnung des Tierreichs für Innovation angesichts von Widrigkeiten geht jedoch an Vögel, die laut [einer aktuellen Studie](#) äußerst kreative Anstrengungen bei der Suche nach Nahrung unternehmen. Sie benutzen Köder um Fische zu fangen und verfolgen die Boote, die in ihrem Kielwasser Fische anlocken. Wir Menschen können auch gut improvisieren. Beispielsweise hielten die Mitglieder der Connecticut Multiple Myeloma Fighters Information Group am 8. April ihr erstes

virtuelles Support-Gruppentreffen ab. "Wir hatten die Gelegenheit, uns zu sehen und das Leben sowie die Sicherheit von Myelompatienten und das Coronavirus nachzuholen", sagte Robin Tuohy, Vizepräsident der IWF-Unterstützungsgruppen. "Ich denke, wir haben es am meisten genossen, einfach miteinander zu teilen und zu lachen. Erfahren von Eröffnungstagen und dass der Sohn eines unserer Mitglieder seinen ersten Fisch fängt! Ein anderes Mitglied erzählte von der Geburt seiner Enkelin. Das Leben geht weiter!"
Das Leben geht weiter. Und wir werden das gemeinsam durchstehen.