

CE LA FAREMO INSIEME

Aprile 9 2020

Durante il weekend ho guardato il cielo a Los Angeles e ho visto un piccolo aereo che scriveva in cielo le parole incoraggianti, “ce la faremo insieme.”/ Durante il fine settimana, ho alzato i miei occhi al cielo a Los Angeles, e ho visto un piccolo aereo che scriveva le parole incoraggianti “ce la faremo insieme.”

Dopo aver trascorso le settimane a casa, lavandosi le mani e seguendo le raccomandazioni di sicurezza raccomandate per prevenire COVID 19, è importante essere grati per rimanere sani e guardare avanti ai prossimi mesi mentre ci adattiamo al nostro nuovo normale- insieme.

“Chi sceglierai/sceglierete di essere durante COVID-19?” Il dottore/ medico Tamer Issa chiede, in una discussione sulle nostre opzioni. Possiamo scegliere di aver paura/possiamo scegliere di essere paurosi, di imparare e di crescere. La scelta è nostra. E va bene sperimentare ciascuna di queste tre opzioni in vari momenti durante questo momento impegnativo.

Incoraggiare Nuove Informazioni

Pensare realisticamente al futuro, questo aiuta sapere cosa impariamo e come possiamo tutti noi contribuire alla sicurezza e alla sanità di noi stessi e degli altri. Fortunatamente, pochi pazienti affetti da mieloma sono stati gravemente colpiti dall'infezione di COVID-19.

Implementando fortemente la distanza fisica, lavandosi le mani e le altre misure rigorose in tutta L'Asia e in altre aree in tutto il mondo, il numero di pazienti di mieloma infetti e gravemente malati rimane molto basso.

A San Francisco, per esempio, il sindaco ha implementato le linee guida molto severe nella fase iniziale, e finora, nessun paziente nel programma di mieloma molto occupato dell'Università della California, San Francisco (UCSF) è stato influenzato da COVID-19.

Allo stesso modo, presso la Clinica di Mieloma molto occupata a Heidelberg, in Germania—che ha anche implementato linee guida rigorose nella fase iniziale—non ci sono pazienti affetti da COVID-19.

Conclusione: Abbiamo imparato che restare a casa funziona per proteggere i pazienti!

Migliore Gestione dei Pazienti infetti da COVID-19

Un paziente di mieloma in Cina è stato infettato e si è ammalato molto, ma è stato trattato con successo usando il tocilizumab (un anticorpo monoclonale anti-IL 6) per superare letteralmente la tempesta di citochine.

Questa tempesta di citochine rende i pazienti molto malati e “crash”, hanno detto i medici alla NPR. Questo trattamento è molto incoraggiante e viene ora valutato/testato in test/negli studi

clinici. C'è una migliore comprensione e gestione dei pazienti che sviluppano bassi livelli di ossigeno nel sangue. Il virus COVID-19 attacca direttamente l'emoglobina, la molecola che trasporta ossigeno nei globuli rossi che trasportano l'ossigeno dai polmoni agli organi e ai tessuti. Ciò significa che i livelli di ossigeno nel sangue possono scendere davvero, davvero bassi. Inoltre, a causa dell'accumulo di liquidi nei polmoni, risulta che anche le alte pressioni prodotte dai ventilatori non possono ottenere ossigeno attraverso i sacchi polmonari pieni di liquidi nel flusso sanguigno. Utilizzare un'approccio più delicato, con solo ossigeno attraverso il naso (cannula), oltre a dispositivi di assistenza più semplici, può aiutare i pazienti a ottenere l'ossigeno di cui hanno bisogno. Sarebbe estremamente utile se ci fosse un minore bisogno di ventilatori. Un nuovo approccio che utilizza l'ossido nitrico, che aumenta la circolazione sanguigna, può anche aiutare e viene valutato per migliorare anche il flusso di ossigeno nel flusso sanguigno.

Molte terapie di anti-COVID-19 sono in fase di valutazione: oltre a quelle che ho menzionato nei miei ultimi post sul blog, un'aggiunta inaspettata alla lista è la valutazione formale di Selinexor, un trattamento per il mieloma. Verrà implementato un protocollo di trattamento Selinexor a basse dosi. Questa è una notizia interessante ed emozionante.

Cosa aspettarsi nelle prossime settimane?

Una parte importante di "ce la faremo insieme" è avere le aspettative realistiche per le prossime settimane e mesi. Alcune pietre miliari chiavi e datasets (set di dati o una collezione di dati) che possono guidarci:

Dopo 76 giorni di blocco totale, Wuhan, Cina, l'epicentro della pandemia COVID-19, sta rilassando le sue restrizioni di distanza fisica e sociale in questa settimana, anche se le maschere sono ancora necessarie. I treni sono in funzione e i voli sono ripresi. I numeri di caso COVID-19 sono estremamente bassi e si spera che rimangano così. Ma solo il tempo lo dirà. Questo processo di ritorno alla normalità, circa tre mesi dopo l'inizio del periodo di crisi, viene osservato da vicino in tutto il mondo. L'infezione COVID-19 è emersa alla fine di dicembre 2019 (anche se c'era certamente diffuso un po' prima) e la fonte di infezione (il mercato alimentare vivo di Wuhan) è stata chiusa il 1 ° gennaio 2020, quando era già noto che si diffondeva nella comunità.

Conclusione:

Abbiamo davvero bisogno di guardare e vedere come funziona il rilassamento delle restrizioni a Wuhan./ Dobbiamo guardare e vedere come funziona il rilassamento delle restrizioni a Wuhan. È un test per tutti noi per capire se ci può essere un ritorno anticipato a un nuovo normale e che aspetto ha quel nuovo normale. Per gli Stati Uniti di America l'equivalente periodo di tre mesi di diffusione della Comunità è Marzo, Aprile e Maggio, anche se, come la Cina, è molto probabile che si sia verificata una diffusione precedente. Alcuni stati, come California e Washington, hanno assistito a casi/ ai carichi di lavoro molto più bassi legati alle restrizioni prime, e possono essere tra i primi ad avere l'opportunità di tornare alla nuova normalità.

Alcuni stati e comunità saranno senza dubbio più tardi. L'occorenza dell'appiattimento delle curva di COVID-19 é eccezionale e salva le vite, ma anche estende le curve per ulteriori settimane. Sono stati appena pubblicati I risultati iniziali dall'Islanda. Questa elegante indagine sulle infezioni di COVID-19 in Islanda fornisce molti dettagli sull'occorenza e sulla diffusione di COVID-19 a livello comunitario:

Prima di tutto, attraverso il sequenziamento molecolare del virus loro hanno documentato diverse mutazioni o ceppi (che chiamano clade) del virus. È possibile tracciare i ceppi provenienti dall' Italia, Austria, Regno Unito, Danimarca e un ceppo legato alla costa occidentale degli Stati Uniti. L'identificazione dei diversi ceppi consente il monitoraggio (tracking) della comunità che é in grado di valutare l'origine dei viaggiatori quelli che entrano in Islanda da tutto il mondo. E' stato notato un paziente per avere due ceppi del virus. Questo è importante perché man mano che il virus cresce, può ricombinarsi, creando un nuovo ceppo che è una combinazione dei due originali. Quindi, qualsiasi esposizione multipla a diversi ceppi per un individuo diventa una preoccupazione.

In secondo luogo, i ricercatori hanno creato uno standard (baseline) per le analisi e gli studi sulla popolazione in corso su pazienti e contatti sintomatici. La diffusione della comunità in corso è documentata, avvisando tutti le sfide future nel tentativo di contenere COVID-19 e sviluppare un vaccino. (Ecco una recensione delle prospettive di vaccino COVID-19, condivisa oggi su Twitter

dal membro del Consiglio di amministrazione del IMF (Fondazione Internazionale per il Mieloma) Dr. S. Vincent Rajkumar della Mayo Clinic.).

La Sicurezza Per il Futuro

Stiamo iniziando a conoscere le fasi di recupero delle infezioni COVID-19:

Quando un paziente si riprende, gli anticorpi contro il virus appaiono nel sangue. È ora possibile misurare questi anticorpi e tali test diventeranno essenziali per valutare quanto sia sicuro per gli individui riprendere il contatto fisico con gli altri e viaggiare. I risultati iniziali indicano i variabili modelli di risposta anticorpale, suggerendo che ci vorrà del tempo per essere sicuri sui livelli o modelli di anticorpi sicuri. Ciò suggerisce che indossare maschere e prendere la temperatura può rimanere importante per limitare la diffusione se lo stato di infezione di una persona è incerto. I dispositivi personali, come L'Oura smart ring, che è attualmente in fase di test presso UCSF, possono rivelarsi utili, anche essenziali. I ricercatori stanno studiando se i dati raccolti dal dispositivo, combinati con le risposte alle indagini quotidiane sui sintomi, possono prevedere i sintomi della malattia.

Il test delle acque reflue per la presenza di COVID-19 può fornire un'altra guida alla sicurezza della regione locale. Uno studio in Massachusetts ha mostrato alti livelli di COVID-19 nelle acque reflue, anche prima che fosse nota una vasta diffusione della Comunità.

Nuovi esempi di Resilienza

Adattarsi al nuovo normale è una sfida. Ma possiamo ottenere incoraggiamento dal mondo che ci circonda. In Galles, ad esempio, una mandria di capre, notando che nessuno era in giro (a causa del coronavirus) ha deciso che questa era un'eccellente opportunità per esplorare la città per il cibo! Ma il primo premio del regno animale per l'innovazione di fronte alle avversità va agli uccelli, che, ci dice un recente studio, mostrano sforzi estremamente creativi nella ricerca del cibo. Hanno impostato esca per i pesci e seguono le barche che mescolano i pesci nelle loro scie. Anche noi umani siamo abbastanza bravi ad improvvisare. I membri del Connecticut Multiple Myeloma Fighters Information group, per esempio, hanno tenuto la loro prima riunione virtuale

del gruppo di supporto ,il 8 aprile. " Abbiamo avuto l'opportunità di vederci e recuperare la vita, così come la sicurezza dei pazienti con mieloma e il coronavirus", ha detto Robin Tuohy, Vice Presidente, gruppi di sostegno del IMF. "Penso che quello che ci è piaciuto di più è stato solo condividere e ridere insieme. Sentendo parlare giorno di apertura e uno dei figli del nostro membro cattura il suo primo pesce! Un altro membro ha condiviso la nascita di sua nipote. La vita continua!"

La vita continua e ce la faremo insieme.