

## **Stare al Sicuro e Sano Nel Nuovo Normale**

**Aprile 23, 2020**

Mentre sentiamo sempre di più su stati e città che intendono riaprire durante questa pandemia, come possono i pazienti di mieloma pianificare di stare al sicuro – se non necessariamente a casa?

In primo luogo, i pazienti di mieloma dovrebbero assolutamente pianificare di rimanere a casa fino a quando non è sicuro avventurarsi fuori nel loro locale.

In secondo luogo, per valutare quando potrebbe essere sicuro uscire di casa, i pazienti affetti da mieloma dovrebbero monitorare/seguire attentamente le informazioni locali su COVID-19, come i numeri di infezione e i piani per la distanza sociale.

Questa settimana è emersa una nuova guida per aiutarci a passare gradualmente ad una nuova normalità. È più facile raccogliere le notizie e le raccomandazioni da cui abbiamo interrotto la scorsa settimana e aggiornare le informazioni e le raccomandazioni per: test, tracciamento e trattamento (i tre T), i componenti chiave delle strategie di riapertura sicure.

### **1. Testare**

I pazienti affetti da mieloma dovranno essere testati per gli anticorpi COVID-19 e/o COVID-19 prima di ri-mescolarsi nella/con la loro comunità locale e visitare i loro medici e il personale della clinica del mieloma. Per i pazienti affetti da mieloma esposti a COVID-19, il test degli anticorpi sarà fondamentale per valutare l'immunità in corso. Per coloro che non sono esposti, sarà richiesto un test di screening COVID-19 come base (baseline).

#### **Nuovi dati / Nuove Informazioni sulla Diffusione nella Comunità**

I diversi rapporti indicano che COVID-19 si sta diffondendo nella comunità molto più a lungo di quanto pensassimo, estendendosi ai primi di febbraio e gennaio, se non prima. Questo significa che molte persone, compresi i pazienti affetti da mieloma, potrebbero essere state infettate e non sono mai state diagnosticate. È interessante e abbastanza rassicurante che i pazienti affetti da mieloma molto probabilmente siano stati infettati senza incidenti, al contrario di molti altri gruppi a rischio in cui sono emersi gravi problemi. Nuovi dati sottolineano ancora una volta che i principali gruppi a rischio sono quelli con ipertensione, obesità e diabete.

Come indicato di seguito, i dati crescenti indicano che le terapie di mieloma possono essere utili, piuttosto che aumentare i fattori di rischio per infezioni e / o complicanze. Anche il desametasone può essere utile per sopprimere il processo di infiammazione polmonare, sebbene siano necessarie le dovute cautele poiché la febbre può anche essere soppressa.

I risultati dei test COVID-19 in individui senza sintomi indicano che circa il 50% dei pazienti asintomatici è positivo e che possono facilmente diffondere l'infezione. Circa il 5% delle persone nella popolazione totale è stato esposto finora, secondo le stime attuali, cioè significa che il 95% è ancora a rischio.

## **Implicazioni dell'Appiattimento della Curva**

Ridurre il numero di nuovi pazienti COVID-19, e in particolare quelli che hanno bisogno di ospedalizzazione/ricovero in ospedale e/ o assistenza in terapia intensiva (in Unità di terapia intensiva), è un passo essenziale verso la creazione di un ambiente pubblico sicuro per riaprire il paese. Il punto chiave è che il numero di nuovi casi al giorno deve essere in calo e basso, preferibilmente sotto 100 (al massimo) e il più vicino possibile a zero. Questo permette di implementare i test ampi per valutare la diffusione della popolazione in corso di COVID-19.

In California, ad esempio, poiché la curva si appiattisce e i ricoveri e i casi di terapia intensiva diminuiscono, lo Stato Questa settimana ha annunciato l'intenzione di testare tra 60.000 e 80.000 persone al giorno. Con questo approccio, il numero di nuovi casi al giorno dovrebbe essere gestibile e permette il tracciamento dei contatti /contact-tracing) in tempo reale.

### **Conclusione Per Test**

- È necessaria un'elevata capacità di test per raggiungere sicurezza.
- I test anticorpali, si spera, rifletteranno l'immunità in corso.
- • I test COVID-19 consentiranno un'adeguata guida per la quarantena / isolamento (all'interno di una famiglia, ad esempio) o le precauzioni appropriate sulla cura in corso del mieloma.
- I test e il tracciamento dei contatti (contact-tracing) consentiranno di identificare eventuali nuovi gruppi nella comunità, compresi gli individui asintomatici ma infettivi. Questa sarà la base per l'orientamento nella vita quotidiana.

## **2. Aggiornamento di Tracciamento**

Per riaprire le nostre comunità, è essenziale rintracciare quegli individui che sono entrati in contatto con quelli infetti da COVID-19. Che cosa ha rivelato tale tracciamento finora?

### **Gli Studi di sequenziamento di COVID-19**

Un piccolo studio dalla Cina ha seguito/esaminato ulteriormente undici pazienti a Hangzhou, una città ad est di Wuhan, l'epicentro della pandemia COVID-19. Il Professor li Lanjuan, ricercatore presso L'Università di Zhejiang, ha condotto un sequenziamento profondo del coronavirus. Tra le molte osservazioni importanti dello studio: sei diverse mutazioni nella proteina spike di COVID-19 (che viene utilizzata dal virus per entrare nelle cellule ed è la base per creare un vaccino) e drammatiche differenze di patogenicità. Alcuni ceppi virali erano molto più pericolosi e si diffondevano ampiamente, con un carico di virus fino a 270 volte maggiore nei pazienti infetti legato a complicanze e risultati più gravi. I risultati che fanno riflettere iniziano a spiegare le forti differenze nei risultati tra New York (molto grave) e California (molto meno) legate a diversi ceppi di virus.

Uno studio di sequenziamento più ampio da Seattle dimostra ancora una volta i molteplici ceppi del virus a livello molecolare e rivela che le prime morte degli Stati Uniti, risalite a febbraio 6 e forse prima, erano da un viaggiatore da Wuhan, Cina. Il sequenziamento ha dimostrato che la diffusione precoce della comunità stava succedendo e contribuendo ai casi non solo nello Stato di Washington, ma San Francisco e in tutto il paese. Il tracciamento dei gruppi (cluster) in questo modo elegante illustra che il test molto più precoce e più il tracciamento impediranno questo tipo di ampia diffusione della comunità.

Gli studi anticorpali a Corvallis, Oregon, e Santa Clara, California, confermano questa diffusione precoce e sostanziale nella comunità, e separatamente hanno validato i risultati di sequenziamento.

### **La California Serve come Esempio**

La pianificazione attuale in California illustra ciò che è necessario per implementare un tracciamento efficiente. Questa settimana è stato annunciato che 10.000 tracciatori (o "connettori") verranno utilizzati per tracciare i contatti di tutti i nuovi casi positivi di COVID-19.

### **Uso dei cani per fiutare COVID-19**

Un interessante approccio low-tech al rilevazione del virus viene provato nel Regno Unito, dove stanno usando cani (Spaniel e Labrador Retriever) per annusare COVID-19. Questo è sorprendente e potrebbe forse attenuare le preoccupazioni sulla privacy sui metodi elettronici proposti per il tracciamento. Un approccio più high-tech è stato delineato da Mark Zuckerberg questa settimana. I ricercatori della Carnegie Mellon University hanno creato un sondaggio sui sintomi opt-in, pubblicato su Facebook. Le risposte auto-riportate vengono consegnate direttamente a quei ricercatori per l'analisi.

### **Conclusione**

- Il tracciamento efficiente e rapido è essenziale. Molti dettagli sono ancora in fase di elaborazione.
- Senza risultati di tracciamento, un paziente di mieloma non può tranquillamente rientrare in intera comunità.
- Il tracciamento salverà le vite e ridurrà la pressione su cliniche e ospedali affinché i normali servizi standard di assistenza possano essere forniti in modo sicuro.
- La consapevolezza di nuovi ceppi di COVID-19 aiuterà a indirizzare le risorse verso aree con gruppi (cluster) di infezione più pericolosi, che devono essere contenuti il più rapidamente possibile.

Il contenimento è l'unico modo per prevenire una nuova ondata di malattie. Stiamo già imparando da nuove piccole ondate ad Harbin, in Cina e Singapore. Questi sono risultati cautelativi che possono guidare le strategie di riapertura negli Stati Uniti e altrove. Qualsiasi situazione in cui un gran numero di persone si riuniscono è una preoccupazione. Questi includono case di cura, navi da crociera, e luoghi in cui le persone vivono in quartieri vicini. Questi saranno target per un esame più attento e test.

## **Implicazioni di Trattamento alla riapertura delle comunità**

Mentre l'obiettivo è quello di tornare il più presto possibile alle raccomandazioni standard di cura per le terapie di mieloma, le precauzioni dei pazienti con mieloma continueranno per l'immediato futuro.

### **Le Notizie di Questa Settimana sui Trattamenti**

Continuiamo a imparare le terapie del mieloma che vengono riproposte per trattare COVID-19. Le aggiunte più nuovi sono:

- Aplidin, un antagonista eEF1A2 che a basse dosi inibisce la replicazione del virus.
- Ciclosporina (Cyclosporine), un farmaco che può funzionare come Actemra per spegnere la tempesta di citochine legata a pericolose infezioni COVID-19. Il famoso ricercatore di CA t-cell, Dr. Carl June (Università della Pennsylvania) questa settimana ha annunciato un piano per testare il farmaco, una pillola che è molto economica da produrre e già commercialmente approvata come terapia immunitaria.

È anche notevole vedere tutti i raffinamenti nel tentativo di fornire cure e risultati migliori per i pazienti infetti COVID-19 più malati.

L'utilizzo di un metodo semplice per controllare l'ossigeno nel sangue (un pulsossimetro) può aiutare a rilevare i cali precoci di ossigeno prima che il paziente sia a conoscenza, consentendo un intervento precoce prima che si verifichi una crisi.

### **Hydroxychloroquine (Idrossiclorochina)**

Uno studio importante mostra che l'idrossiclorochina non mostra la promessa/ non è promettente contro COVID-19, nonostante le elevate aspettative di alcuni. I risultati di uno studio VA su 368 pazienti (sfortunatamente, non randomizzati) hanno mostrato significativamente più morti nei pazienti che ricevono il farmaco della malaria (malaria drug)—non quello che vogliamo vedere. Circa il 28% a cui è stata data idrossiclorochina più la solita cura/terapia consueta è morto, versus/ contro l' 11% di quelli che ricevono cure di routine da soli. Ciò sottolinea la necessità di studi in corso per valutare il valore (o no) di tutte le terapie promettenti.

## **Le Ultime Notizie su Vaccino ( Update)**

Un nuovo vaccino in fase di sviluppo da parte dei ricercatori dell'Università di Oxford sta andando avanti. Questo nuovo approccio promette di produrre un vaccino in sei mesi. Anche se c'è un certo scetticismo sulla timeline, i molti sforzi in tutto il mondo per sviluppare un vaccino alla velocità della luce sono incoraggianti.

### **Conclusione**

- Le pratiche sicure per i pazienti sono assolutamente necessarie per consentire qualsiasi ritorno a un nuovo normale.
- Ci sono molti risultati incoraggianti con trattamenti per i pazienti COVID-19 che ci danno speranza che saremo in grado di gestire meglio i pazienti mentre aspettiamo che un vaccino diventi disponibile.

## **Utilizzare Delle Connessioni Sociali Per Rimanere Forti: Cerca Sempre Il Lato Positivo**

Poiché restiamo fisicamente isolati, è sempre più importante raggiungere e sostenere le connessioni sociali. Lo supereremo insieme, ma ci sono molte sfide da affrontare. Tutti abbiamo bisogno del nostro "quaran-team" per fungere da cassa di risonanza ( buon ascoltatore o platform) e sistema di supporto.

Non tutto il male viene per nuocere. Il fatto che molte più persone siano state infettate da COVID-19 e recuperate significa che molti più individui hanno anticorpi nel loro plasma che possono essere usati per salvare gli altri. Gli studi clinici in corso 500-plus per i trattamenti COVID-19 probabilmente produrranno diverse terapie molto utili.

Siamo fortunati che i nostri operatori sanitari vengono a lavorare ogni giorno, e che tanti che servono in prima linea si mettono a rischio ogni giorno. Dovremo affrontare la sfortunata realtà che questo non sarà il caso in tutto il mondo, poiché molti faranno fatica a sopravvivere a questa enorme crisi.

Ma mentre celebriamo il 50 ° anniversario della Giornata della terra questa settimana, il pianeta sta letteralmente respirando, perché le industrie e i viaggi sono chiusi. Le meduse nuotano nei canali di Venezia e gli animali vagano liberamente nei nostri parchi nazionali e in tutto il mondo. E, come abbiamo notato, la primavera è in piena fioritura, anche nel Central Park di New York.

Lo supereremo insieme!