

Sicurezza Dei Pazienti Più Importante Che Mai Quando Gli Stati Iniziano A Riaprire: AGGIORNAMENTO di COVID-19

21 Maggio 2020

Mentre le città di tutta L'America iniziano a riaprire, come dovrebbero reagire i pazienti con mieloma? Questa settimana, due delle migliori riviste mediche del mondo, [The Lancet](#) e il [New England Journal of Medicine](#), hanno offerto la loro valutazione della risposta pandemica degli Stati Uniti. Sfortunatamente, il report card di America non è buono se paragonato a paesi come Taiwan, Corea del Sud, Germania e Nuova Zelanda, dove sono stati avviati i test e tracciamento precoci e controllata la diffusione dell'infezione nella comunità.

La conclusione è che i pazienti con mieloma negli Stati Uniti sono in gran parte responsabili della propria sicurezza nel reinserire la vita comunitaria e, si spera, tornare alla clinica del mieloma, all'ufficio dei medici o all'ospedale, se necessario.

Quali sono alcuni punti chiave per guidare il processo decisionale nelle settimane successive ?

Considerare lo stato nella tua comunità

L'infezione di COVID-19 è ancora diffusa nelle comunità in tutta l'America. Come sottolineato in un recente editoriale del [Los Angeles Times](#), gli individui a più alto rischio di una minaccia da COVID-19 sono più comuni di quanto si possa pensare. Questi gruppi a rischio più elevato includono persone di colore, quelli con diabete, obesità, ipertensione e malattie polmonari o renali croniche, per citarne alcuni. Questo copre circa la metà degli americani.

Evitare il contatto con persone infette da COVID-19

Iniziamo con le buone notizie. Le infezioni COVID-19 nei pazienti affetti da mieloma si sono verificate a tassi molto più bassi del previsto per gli individui con sistema immunitario compromesso. Sembra che un fattore importante tenerli al sicuro è stato le protezioni che tutti i pazienti con mieloma hanno imparato.

In generale, le infezioni sono state acquisite nella comunità, NON dopo le visite in una clinica o in un ospedale. Tranne che durante aumento grave di infezione, quando i sistemi si sono rotti, i pazienti vulnerabili sono stati molto protetti e raramente, se mai, è stato sviluppato un'infezione nell'ambiente ospedaliero.

Questa è la buona notizia sugli sforzi per tornare al nuovo normale (o anormale). Con queste protezioni in atto, si spera che a giugno o luglio i medici di mieloma possono riaprire i loro uffici per il trattamento e/o espandere le procedure, come ASCT (e la raccolta di cellule staminali), e altri trattamenti più intensi, così come studi clinici. Alcuni centri stanno già iniziando queste attività.

Come Si Può Evitare L'infezione Nell'ambiente Comunitario ?

Poiché le infezioni probabilmente non si verificano attraverso le visite mediche, quali sono le situazioni che comportano il più alto rischio per i pazienti con mieloma?

Qualsiasi tipo di grandi eventi

Un recente studio pubblicato dalla [National Academy of Sciences](#), insieme a una serie di altri rapporti, indica che la diffusione di aerosol a carico di virus può trasmettere rapidamente l'infezione COVID-19 in ambienti di grandi gruppi. Questi sono chiamati "eventi Super spreader" e sono stati la fonte della maggior parte dei principali focolai (epidemie) regionali di COVID-19 a tutto, dalle [celebrazioni di Mardi Gras](#) a [un grande incontro aziendale biotech](#) a chiese e locali notturni in Corea del Sud, un carnevale in Germania, una stazione sciistica in Austria, e la lista continua. Non è noto se gli individui che sono super spargitori hanno un carico molto più elevato di virus o semplicemente una malattia più aggressiva. Alcuni scienziati pensano che il divieto di raduni di massa possa essere sufficiente per tenere sotto controllo la pandemia COVID-19.

Quindi, i pazienti con mieloma soprattutto dovrebbero evitare grandi eventi di qualsiasi tipo in cui individui sconosciuti possono diffondere l'infezione. Ciò sarà difficile a causa del desiderio represso di tornare a eventi sportivi, concerti e simili, ma può ridurre la malattia e le morti in eccesso preservando una componente enorme dell'economia. Ad esempio, [i ricercatori della Columbia University stimano](#) che se gli Stati Uniti avessero iniziato a imporre misure di allontanamento sociale una settimana prima di marzo, circa 36.000 meno persone sarebbero morte nell'epidemia di coronavirus.

Dal punto di vista della salute pubblica, grandi eventi sono un serio rischio. Se un individuo che è un super spreader si trova in un ambiente di piccolo gruppo, la diffusione precoce può essere rilevata e contenuta, come è stato raggiunto con successo in diversi paesi, come la Germania. Di conseguenza, si evita la diffusione nella comunità più ampia. Sarà bello se questo può accadere in America.

Trasporto di massa

Molti cambiamenti innovativi, come l'uso della luce UV per sterilizzare vagoni vuoti, sono necessari per rendere sicuri treni, vagoni della metropolitana, aerei e altre forme di trasporto di massa. La Qatar Airways ora richiede all'equipaggio di bordo di indossare tute protettive! (gli abiti di hazmat). Ma per ora, i pazienti con mieloma dovrebbero continuare ad evitare qualsiasi tipo di transito di massa.

Attività Per Modificare E Stare Al Sicuro

Alcune attività comportano rischi, ma non possiamo evitarle completamente. Buona igiene, maschere e distanza fisica devono continuare:

- **Fare La Spesa:** La [FDA offre linee guida](#) per mantenere al sicuro durante lo shopping per il cibo durante l'epidemia COVID-19. Anche se ci sono stati rischi ben cronici per i

dipendenti del negozio di alimentari, ci sono stati pochissimi casi di diffusione ai clienti, e certamente non dal cibo direttamente.

- **Ristoranti:** È ancora meglio evitare anche se ci sono alcune opzioni più sicure con patii esterni, plexiglass e simili. Si prega di notare: C'È STATA una diffusione importante proveniente da ristoranti e bar.
- **Parruchiera:** Questi si stanno aprendo in alcuni stati. Come il transito di massa, vengono esplorate soluzioni creative qui, tra cui la riduzione del numero di clienti, la spaziatra degli appuntamenti e persino il taglio di capelli nel parco. Dobbiamo monitorare questo sviluppo.
- **Visitare con i nipoti:** Questa è una questione molto importante per molti pazienti con mieloma. Il New York Times ha pubblicato una guida alle visite in un articolo intitolato "[Quando posso vedere i miei nipoti?](#)" L'autore suggerisce di considerare il numero di contatti che ogni famiglia ha avuto nelle settimane precedenti per determinare se è sicuro visitare.

Comunità Vulnerabili

Molte comunità non sono solo vulnerabili a causa di problemi di salute, ma anche a causa di fattori socioeconomici che rendono impossibile distanziare fisicamente o accedere al cibo, evitare il transito di massa o gli ambienti comuni. Proprio come ci deve essere un impegno sociale per NON infettare gli altri (indossando maschere e prendendo precauzioni sensibili), è importante aiutare gli altri a superare questo in modo sicuro. SIAMO in questo insieme.

La [Nazione Indiana Navajo](#) viene devastata dalla pandemia COVID-19. L'auto-isolamento non è possibile per le famiglie che vivono in una stanza singola senza elettricità o acqua. I membri delle tribù vanno in siti comunali per il prelievo di acqua e altre attività. [Gli Afroamericani](#) sono stati influenzati negativamente in tutto il paese in numero sproporzionato

In Louisiana, il Mardi Gras non solo ha funzionato come un evento di super-diffusione, ma le comunità non erano solo in grado di far fronte come sempre più individui a rischio sono stati infettati.

Buone Notizie

La distanza fisica, le maschere, il lavaggio attento e frequente delle mani e tutti i dettagli che abbiamo sottolineato FUNZIONANO per proteggerci dall'infezione da questo pazzo virus COVID-19. Ma per favore fai attenzione mentre ti avventuri di nuovo nelle nostre attività del vecchio mondo. Sarebbe bello se vivessimo in [Nuova Zelanda](#), e il rientro nella comunità era molto meno di una sfida e di un rischio. Ma a meno che non vi nascondiate su un'isola da qualche parte (come alcuni sono), abbiamo bisogno di prestare molta attenzione mentre continuiamo a vivere in questo nuovo anormale.

Ci sono promettenti notizie sul fronte del vaccino anche se molto presto. Alcuni degli sforzi over-100 hanno presentato una [buona sicurezza](#) e [alcuni benefici di efficacia](#) nei test

preliminari di questa settimana. Speriamo che uno o più colpisca il jackpot e fornisca efficacia e protezione con un profilo di sicurezza eccellente.

- Ho menzionato i cambiamenti nei prodotti alimentari preferiti che i droghieri stanno segnalando mentre i loro clienti sono bloccati. . Stiamo mangiando cibi più trasformati e “comfort”. Un altro elemento riferito diventando popolare (non il mio preferito) sono [cocktail in scatola](#), che rendono la miscelazione un processo in una sola fase. Ma poi di nuovo, forse preferisci restare con succo d'arancia!

Fino a quando le cose diventano più sicure, vi prego di rimanere protetti il più possibile.