

Νόσος κορωνοϊού (COVID-19) και ασθενείς με ΧΛΛ

Έκθεση του Δικτύου υποστήριξης της ΧΛΛ (CLL Advocates Network)

Ημερομηνία: 06 Ιανουαρίου 2021 (Έκδοση 6 – ενημέρωση με βάση τις τρέχουσες κατευθυντήριες γραμμές)

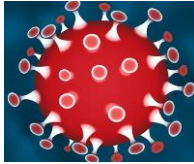
Κατά τη διάρκεια γραφής αυτής της έκθεσης, ο κόσμος ασχολείται με το αφήγημα κορωνοϊός SARS-CoV2 που προκαλεί τη μολυσματική ασθένεια γνωστή ως COVID-19 για σχεδόν ένα χρόνο. Οι περισσότερες έρευνες που έχουν αναφερθεί μέχρι στιγμής έχουν γίνει σε μη καρκινοπαθείς, αλλά αυτό αλλάζει γρήγορα και τώρα υπάρχουν κάποια πρώιμα δεδομένα για την ΧΛΛ. Οι πληροφορίες και οι οδηγίες αλλάζουν επίσης γρήγορα.

Το [CLL Advocates Network](#) επιθυμεί να παρέχει επιπλέον συμβουλές ειδικά για ασθενείς με ΧΛΛ. Αυτή η έκθεση θα χρησιμεύσει ως επί το πλείστον για να καθοδηγήσει τους αναγνώστες σε αξιόπιστες συνδεδεμένες πηγές που μπορούν να βασίζονται για να ενημερώνονται συχνά.

Ωστόσο αυτή τη στιγμή υπάρχουν μερικά συγκεκριμένα δεδομένα για τον COVID-19 και θέλουμε να τα μοιραστούμε μαζί σας. Εκτός από τα παραπάνω, η έκθεση περιλαμβάνει επίσης μια ενότητα για τα νέα εμβόλια κατά του COVID-19 και τι θα πρέπει να γνωρίζουν οι ασθενείς με ΧΛΛ, ενώ επισημαίνει συνδέσμους που εξετάζουν θέματα ασφάλειας στην ανοσοκαταστολή, καθώς και στις ομάδες προτεραιότητας για τους εμβολιασμούς.

ΣΗΜΕΙΩΣΤΕ ΟΤΙ

- Οι ασθενείς με καρκίνο και ειδικότερα οι ασθενείς με ΧΛΛ διατρέχουν σημαντικά υψηλότερο κίνδυνο για μια πιο σοβαρή και περίπλοκη πορεία με τον COVID-19.
- Ενώ πολλοί ασθενείς με ΧΛΛ μπορεί να έχουν ήπια ή μέτρια λοίμωξη και οι περισσότεροι θα επιβιώσουν από τη μόλυνση, το αποτέλεσμα δεν είναι ακόμα πλήρως γνωστό, δεδομένου ότι τα στοιχεία δεν είναι ακόμη ώριμα. Τα πρώτα δεδομένα υποδεικνύουν ότι οι ασθενείς με ΧΛΛ που έχουν συμπτώματα COVID-19 διατρέχουν πολύ υψηλό κίνδυνο για σοβαρές επιπλοκές, συμπεριλαμβανομένης της νοσηλείας και του θανάτου.
- Ο SARS-CoV2 μεταδίδεται κυρίως μέσω του αέρα (βήχα, ομιλία, φτέρνισμα, κ.λπ.). Η μετάδοση μπορεί επίσης να προκύψει έμμεσα από την επαφή με επιφάνειες στο άμεσο περιβάλλον ή αντικείμενα μολυσμένα με τον ιό από μολυσμένο άτομο, ακολουθούμενη από το άγγιγμα του στόματος, της μύτης ή των ματιών ([βλέπε αναφορά του ΠΟΥ για λεπτομέρειες](#)).
- Ο ιός μπορεί επίσης να εξαπλωθεί μέσω αερολυμάτων που μπορούν να παραμείνουν στον αέρα, ειδικά σε εσωτερικούς χώρους.
- Η μόλυνση μπορεί να εξαπλωθεί από ανθρώπους με καθόλου ή λίγα ήπια συμπτώματα.

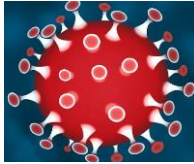


- Η υιοθέτηση ορθών πρακτικών προσωπικής υγιεινής και η τήρηση γενικών συστάσεων δημόσιας υγείας έχει αποδειχθεί πιο αποτελεσματικά έναντι του COVID-19. Αυτά περιλαμβάνουν:
 - Να φοράτε καλά τοποθετημένη μάσκα και άλλο εξοπλισμό ατομικής προστασίας (ΜΑΠ). Η σωστή τοποθέτηση και αφαίρεση της μάσκας είναι κρίσιμη για την αποτελεσματικότητά της.
 - Συχνό και κατάλληλο πλύσιμο χεριών ή απολύμανση χεριών με εγκεκριμένο απολυμαντικό (>60% αλκοόλ).
 - Φτέρνισμα και βήχας στον αγκώνα σας.
 - Διατήρηση καθαρών και απολυμασμένων επιφανειών.
 - Μην αγγίζετε το πρόσωπό σας όταν τα χέρια σας δεν πλένονται καλά.
 - Καμία προσωπική επαφή συμπεριλαμβανομένων αγκαλιών, φιλιών και χειραψιών.
 - Αποφεύγοντας τον συνωστισμό.
 - Η διατήρηση φυσικής απόστασης τουλάχιστον 1 μέτρου (3 πόδια) ή καλύτερα 2 μέτρων (6 πόδια) μειώνει τον κίνδυνο μετάδοσης για όλους.
 - Επιλέξτε εξωτερικούς χώρους έναντι εσωτερικών χώρων, καθώς οι τελευταίοι είναι πιο ριψοκίνδυνοι (λιγότερος αερισμός, δυσκολότερο να κρατήσετε τους ανθρώπους μακριά)
 - Ζητήστε από άλλους να ψωνίσουν για εσάς και εργαστείτε από το σπίτι όταν είναι δυνατόν.
 - Αποφύγετε τη δημόσια συγκοινωνία και κάθε μη απαραίτητο ταξίδι.

Μαθαίνουμε περισσότερα, και οι θεραπείες βελτιώνονται, αλλά ο SARS-CoV2 παραμένει ένας μεταδοτικός και θανατηφόρος ιός, και τα στοιχεία δείχνουν ότι παραμένει γενικά στην κοινότητα. Ως εκ τούτου, οι ασθενείς με ΧΛΛ θα πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί.

COVID-19 ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟΣ

Η ανάπτυξη αποτελεσματικών εμβολίων είναι ένα από τα σημαντικότερα μέτρα για την προστασία του πληθυσμού από τις δυνητικά απειλητικές λοιμώξεις για τη ζωή. Ένα ασφαλές και αποτελεσματικό εμβόλιο κατά του COVID-19 θεωρείται ζωτικής σημασίας για την καταπολέμηση αυτής της πανδημίας. Ο αγώνας για την ανάπτυξη εμβολίων COVID-19 κινείται γρήγορα. Πάνω από 200 προγράμματα εμβολίων κατά του SARS-CoV-2 με πάνω από 50 υποψήφια εμβόλια έχουν ξεκινήσει μέσα σε σύντομο χρονικό διάστημα ([δείτε την αναφορά του ΠΟΥ για τα υποψήφια εμβόλια COVID-19](#)). Δεδομένης της επείγουσας ανάγκης για εμβόλια COVID-19, οι άνευ προηγουμένου οικονομικές επενδύσεις και οι επιστημονικές συνεργασίες έχουν αλλάξει τον τελευταίο καιρό τον τρόπο με τον οποίο αναπτύσσονται τα εμβόλια. Μερικά από τα βήματα της διαδικασίας, έρευνας και ανάπτυξης που συνήθως γίνονται διαδοχικά έχουν γίνει ή συμβαίνουν παράλληλα. Ο ΠΟΥ – ωστόσο – διαβεβαιώνει ότι η διαδικασία έρευνας και ανάπτυξης επιταχύνεται χωρίς να διακυβεύεται η ασφάλεια



και ότι τηρούνται αυστηρά κλινικά πρότυπα και πρότυπα ασφάλειας, διασφαλίζοντας ότι η νέα προσέγγιση δεν καθιστά τις μελέτες λιγότερο αυστηρές.

Με τα πρώτα εμβόλια που εγκρίθηκαν διαδοχικά από τις αρχές Δεκεμβρίου 2020 και ξεκίνησαν τα προγράμματα εμβολιασμού σε ορισμένες χώρες, οι συζητήσεις σχετικά με την ασφάλεια και την αποτελεσματικότητά τους και τα ερωτήματα για το σε ποιους θα πρέπει να δοθεί προτεραιότητα στα προγράμματα εμβολιασμού βρίσκονται σε πλήρη εξέλιξη.

Υπάρχουν ακόμα πολλά ερωτηματικά. Ωστόσο αυτή τη στιγμή η γενική γνώμη μεταξύ των ιατρικών εμπειρογνομώνων είναι ότι οι εμβολιασμοί COVID-19 που έχουν εγκριθεί σήμερα θεωρούνται ασφαλείς για τους ανοσοκατεταλμένους. Αυτά έχουν δοκιμαστεί σε ηλικιωμένα άτομα που έχουν ασθενέστερο ανοσοποιητικό σύστημα και σε άτομα με υψηλού κινδύνου προβλήματα υγείας. Ο αριθμός των ατόμων που έχουν συμμετάσχει στις κλινικές δοκιμές είναι μεγάλος ώστε να διασφαλιστούν τυχόν σοβαρές παρενέργειες μπορεί να παρουσιαστούν στην ευάλωτη κοινότητα. Τα εγκεκριμένα εμβόλια λειτουργούν με παρόμοιο τρόπο με εκείνα που ήδη χρησιμοποιούνται και θεωρούνται ασφαλή για άτομα με καρκίνο του αίματος. Υπάρχουν, ωστόσο, αρκετά ερωτήματα όπως:

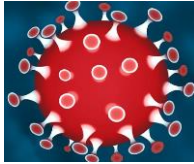
- Πόσο θα διαρκέσει η ανοσία;
- Το εμβόλιο εμποδίζει τη μετάδοση του ιού από ένα μολυσμένο άτομο σε ένα υγιές; Απαιτείται περαιτέρω ανάλυση για να γνωρίζουμε το ποσοστό μείωσης της μετάδοσης από άτομο σε άτομο που θα μπορούσε να αποδοθεί στο εμβόλιο.
- Πόσο συχνά πρέπει να χορηγούνται τα εμβόλια;
- Πώς θα αντιδράσουν τα εμβόλια σε διαφορετικές ομάδες;
- κλπ.

Τι ακριβώς σημαίνει αυτό για τους ασθενείς με ΧΛΛ;

1. Η ευρύτερη συναίνεση μεταξύ των εμπειρογνομώνων για την ΧΛΛ είναι ότι – καθώς τα εμβόλια αναπτύσσονται σε διαφορετικές χώρες – οι ασθενείς με ΧΛΛ θα πρέπει να λαμβάνουν τα εμβόλια, όπως και εκείνοι που ζουν κάτω από την ίδια στέγη ενός ασθενούς με ΧΛΛ, με την έγκριση της υγειονομικής ομάδας περίθαλψής τους.

Ειδικές περιπτώσεις: Όσοι έχουν σημαντικό ιστορικό αλλεργικών αντιδράσεων σε ένα συστατικό εμβολίου, φάρμακο ή τρόφιμο, και όσοι υποβάλλονται σε χημειοθεραπεία θα πρέπει να ζητούν ειδική ιατρική συμβουλή πριν από τη λήψη του εμβολιασμού.

2. Τα άτομα που λαμβάνουν ανοσοκατασταλτικά φάρμακα τείνουν γενικά να εμφανίζουν λιγότερο ισχυρή ανταπόκριση στα εμβόλια που μπορεί να υποδηλώνουν ότι τα εμβόλια του κορωνοϊού μπορεί να είναι λιγότερο αποτελεσματικά σε ασθενείς με ΧΛΛ και σε άλλους ανοσοκατεσταλμένους. Ωστόσο, οι ειδικοί συμφωνούν ότι κάποια προστασία είναι καλύτερη από καμία. Είναι επίσης σημαντικό να αναφερθεί



ότι οι ασθενείς πρέπει να λάβουν και τις δύο δόσεις των εμβολίων για να αποκτήσουν τη μέγιστη δυνατή προστασία και μακροπρόθεσμη ανοσία.

3. Στις [πρακτικές οδηγίες για τη διαχείριση της ΧΛΛ στην πανδημία COVID-19, το UK CLL Forum](#) συμβουλεύει τους ασθενείς με ΧΛΛ ότι για να κάνουν το εμβόλιο COVID-19 θα πρέπει να έχουν περάσει τουλάχιστον δύο εβδομάδες από τότε που κάνανε το εμβόλιο για την γρίπη και θα πρέπει να μείνουν μακριά για 7 ημέρες από παιδιά που έχουν συμπτώματα γρίπης.
4. Ο εμβολιασμός δεν αλλάζει τις απαιτούμενες προληπτικές συνήθειες, όπως η χρήση μάσκας, η κοινωνική αποστασιοποίηση και η συχνή υγιεινή των χεριών. Συνεπώς, οι ασθενείς με ΧΛΛ θα πρέπει να συνεχίσουν να προστατεύονται και να ακολουθούν τους παραπάνω κανόνες υγιεινής, για όσο η ασθένεια είναι διαδεδομένη στην τοπική τους κοινότητα.

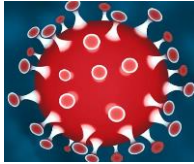
ΑΝ ΑΝΑΖΗΤΑΤΕ ΓΕΝΙΚΕΣ ΕΝΗΜΕΡΩΜΕΝΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΑ ΕΜΒΟΛΙΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟ ΓΙΑ ΤΟΝ COVID-19 ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΤΟΥ ΑΙΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΣΤΟΥΣ ΑΝΟΣΟΚΑΤΑΣΤΑΛΜΕΝΟΥΣ ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΕΛΕΓΞΤΕ ΤΙΣ ΑΚΟΛΟΥΘΕΣ ΠΗΓΕΣ:

Γενικές πληροφορίες σχετικά με τον εμβολιασμό για τον COVID-19, την πρόσβαση στον εμβολιασμό και τις ομάδες προτεραιότητας

- [Η σελίδα του ΠΟΥ \(Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας\) για τα εμβόλια COVID-19](#)
- [Πληροφορίες του ΠΟΥ σχετικά με την πρόσβαση και την κατανομή των εμβολίων](#)
- [Το σχέδιο του ΠΟΥ για τους υποψηφίους για το εμβόλιο COVID-19](#)
- [Συμβουλές της Βρετανικής Μεικτής Επιτροπής Εμβολιασμού και Ανοσοποίησης \(JCVI\) σχετικά με τις ομάδες που θα πρέπει να έχουν προτεραιότητα για τον εμβολιασμό](#)
- [Το τμήμα πληροφοριών του CDC \(ΗΠΑ\) για τα εμβόλια COVID-19](#)
- [Οι συστάσεις των καναδικών κυβερνήσεων σχετικά με τη χρήση εμβολίων COVID-19](#)
- [Άρθρο που δημοσιεύθηκε στο The Lancet Microbe: "COVID-19 εμβόλια: η πανδημία δεν θα τελειώσει εν μία νυκτί"](#)

Πληροφορίες σχετικά με τον εμβολιασμό COVID-19 σε ανοσοκατασταλμένους, σε ασθενείς που πάσχουν από αιματοογκολογικές ασθένειες και ειδικότερα από ΧΛΛ

- [Συχνές ερωτήσεις για τον εμβολιασμό COVID-19 από την Leukaemia Care](#)
- [Η έκθεση υποστήριξης για την ΧΛΛ](#)
- [Οι πρακτικές κατευθυντήριες γραμμές του UK CLL Forum για τη διαχείριση της ΧΛΛ στην πανδημία COVID-19](#)
- [Blood Cancer UK's Έκθεση για τα εμβόλια COVID-19 και τον καρκίνο του αίματος](#)
- [ASH 's \(Αμερικανική Εταιρεία Αιματολογίας\) COVID-19 και Εμβόλια Συχνές Ερωτήσεις](#)



- [Οι συμβουλές της γερμανικής DGHO σχετικά με τον εμβολιασμό των ασθενών που πάσχουν από αιματοογκολογικές ασθένειες](#) (Γερμανική Εταιρεία Αιματολογίας και Ογκολογίας)
- [Δρ Koffman μέλος του CLLAN, the CLL Society \(ΗΠΑ\), για τα εμβόλια COVID-19 - 12/2020](#)
- [Συνέντευξη με τον ειδικό για την ΧΛΛ, Dr. Anthony Mato, σχετικά με το ερώτημα, πρέπει οι ασθενείς με ΧΛΛ να λάβουν το εμβόλιο COVID-19 όταν θα είναι διαθέσιμο;](#)
- [Webinar: Ενημέρωση από το CLL Support and UK CLL Forum σχετικά με την ανάπτυξη εμβολίων COVID \(ημερομηνία: 16 Δεκ 2020\)](#)

ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Το Δίκτυο υποστήριξης της ΧΛΛ σχεδιάζει να πραγματοποιήσει ένα webinar με θέμα " Εμβολιασμός COVID-19 σε ασθενείς με ΧΛΛ, με άλλο καρκίνο του αίματος και σε ανοσοκατεσταλμένους - Ανοσοποίηση των ανοσοκατεσταλμένων; " Παρακαλούμε προσέξτε για νέα (ημερομηνία, ομιλητές, κ.λπ.) στην [ιστοσελίδα μας!](#)

ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ

Η επιδημία του κορωνοϊού έχει προκαλέσει σημαντικές διαταραχές στην καθημερινή ζωή και όλοι αισθανόμαστε αυτές τις αλλαγές. Όλοι πρέπει να μάθουμε πώς να πορευθούμε με επιτυχία σε αυτό το νέο περιβάλλον. Το [CDC](#) παρέχει [πρακτικές οδηγίες για το πώς να αντιμετωπιστεί ο COVID-19 στην καθημερινή μας ζωή και πώς να παραμείνουμε ασφαλείς όταν βγαίνουμε έξω](#), συμπεριλαμβανομένων της άθλησης, της επίσκεψης σε πάρκα, της χρήσης των μέσων μαζικής μεταφοράς, των ταξιδιών, κ.λπ. Εάν αποφασίσετε να βγείτε σε δημόσιο περιβάλλον, συνιστούμε να ελέγξετε αυτές τις συστάσεις.

Στην εποχή του κορωνοϊού, πολλοί από εμάς αγωνίζονται να καταπολεμήσουν τις αρνητικές σκέψεις και το αίσθημα ανησυχίας για τους ευάλωτους πληθυσμούς. Είναι χρήσιμο να αναπτυχθούν ορισμένες στρατηγικές για την αντιμετώπιση του ψυχικού στρες κατά τη διάρκεια αυτής της συνεχιζόμενης πανδημίας.

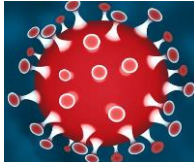
Παρακάτω θα βρείτε ιστοσελίδες με ενδιαφέρουσες συμβουλές για το πώς να φροντίσουμε την ψυχική μας υγεία:

- [ΠΟΥ \(#Υγιεινή στο σπίτι - Φροντίδα της ψυχικής μας υγείας\)](#)
(Διαθέσιμες πληροφορίες σε διάφορες γλώσσες)
- [Ψυχολογία Σήμερα \(7 τρόποι αντιμετώπισης του COVID-19\)](#)

ΑΛΛΕΣ ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΕΣ & ΑΞΙΟΠΙΣΤΕΣ ΠΗΓΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΩΝ

Ειδικές πληροφορίες για το COVID-19 και την ΧΛΛ

- [ASH \(Αμερικανική Εταιρεία Αιματολογίας\) Συχνές ερωτήσεις](#)
- [CLL Society COVID-19 ενημερώσεις](#)
- [UK CLL Forum](#)



COVID-19 και πληροφορίες για τον καρκίνο

- [Καρκίνος του αίματος Ηνωμένο Βασίλειο](#)
- [Έρευνα για τον καρκίνο του Ηνωμένου Βασιλείου](#)
- [Leukaemia Care Ηνωμένο Βασίλειο](#)
- [NIH \(Εθνικά Ινστιτούτα Υγείας\) ΗΠΑ](#)
- [ASCO \(Αμερικανική Εταιρεία Κλινικής Ογκολογίας\):](#)
- [German DGHO \(Γερμανική Εταιρεία Αιματολογίας και Ογκολογίας\)](#)
- [Onkopedia \(μια διαδικτυακή πύλη για ιατρούς στη Γερμανία, για πληροφορίες σχετικά με το CLL, βλέπε κεφάλαιο 6.2.13 Chronische Lymphatische Leukämie \(CLL\)\)](#)

Γενικές πληροφορίες και πληροφορίες COVID-19 για ευάλωτους πληθυσμούς

- [CDC \(Κέντρο Ελέγχου Ασθενειών ΗΠΑ\)](#)
- [ΠΟΥ \(Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας\)](#)
- [UW \(Univ. of Washington\) πρόγραμμα IDEA - Θεραπεία και κλινικές δοκιμές](#)
- [Johns Hopkins COVID-19 Χαρτογράφηση παγκόσμιων περιπτώσεων](#)
- [Κυβέρνηση του Καναδά](#)

Επίσης, παρακαλούμε επικοινωνήστε με τις αρμόδιες τοπικές εθνικές και περιφερειακές υγειονομικές αρχές σας σχετικά με τις ιδιαίτερες περιστάσεις, τους κανονισμούς και τις κατευθυντήριες γραμμές.

Το [CLL Advocates Network](#) δεν προσφέρει ιατρική συμβουλή. Σας ζητάμε να ελέγξετε τις συστάσεις μας με τους τοπικούς επαγγελματίες και τις αρχές σας.

ΝΑ ΕΙΣΤΕ ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ

Έχει γίνει προσωπική ευθύνη και καθήκον του πολίτη να εκτιμήσει τον ατομικό κίνδυνο μετάδοσης του κορωνοϊού. Μια ρεαλιστική εκτίμηση του κινδύνου είναι ιδιαίτερα σημαντική για τον ανοσοκατεσταλμένο.

ΠΑΡΑΚΑΛΩ ΒΟΗΘΗΣΤΕ ΜΑΣ ΚΑΙ ΚΡΑΤΗΣΤΕ ...

- Υποστήριξη και ευαισθητοποίηση με την τοπική αυτοδιοίκηση και τους παρόχους υγειονομικής περίθαλψης.
- Υπενθυμίζοντας στους τοπικούς σας φορείς λήψης αποφάσεων για την Υγεία και άλλους ενδιαφερόμενους φορείς, για τους ασθενείς υψηλού κινδύνου με αιματολογικές κακοήθειες.
- Κοινή χρήση βέλτιστων πρακτικών.

Μείνετε ασφαλείς!

Η ομάδα *δικτύου υποστηρικτών της ΧΛΛ*(*CLL Advocates Network*)

Επικοινωνήστε μαζί μας στο info@clladvocates.net

Προσθέστε μας στο [Twitter](#) ή [facebook!](#)