

Международни COVID-19 препоръки за хора с МС

COVID-19 е ново заболяване, което може да засегне белите дробове, дихателните пътища и други органи. Причинява се от нов коронавирус (наречен SARS-CoV-2) разпространен из целия свят.

Препоръките по-долу са изготвени от МС невролози и експерти от изследователски организации членове на [Международната федерация на множествена склероза \(MSIF\)**](#). Те се позовават на нововъзникнали доказателства за това как COVID-19 засяга хората с множествена склероза (МС) и експертни мнения. Тези препоръки ще бъдат преразгледани и актуализирани, когато друга, допълнителна информация за COVID-19 бъде открита. Източникът на информацията ще можете да откриете [ТУК](#).

Препоръки за хора с МС

Текущите данни не показват МС като фактор за по-висока уязвимост от заразяване, по-тежко протичане на инфекцията или фатален край, отколкото при останалите. Но следните групи на хора с МС са застрашени от по-сериозни усложнения при инфекция с COVID-19:

- Хора с прогресивна форма на МС
- Хора с МС на възраст над 60 години
- Мъже с МС
- Чернокожи и вероятно южноазиатци с МС
- Хора с висок процент на увреждане (например по скалата за оценка на неврологичния статус, позната като [скалата на Куртске \(EDSS\)](#) над 6, което се отнася за придвижване с помощни средства)
- Хора с МС и придружаващи здравословни проблеми, като затлъстяване, диабет, заболявания на сърцето или белите дробове
- Хора с МС на модифициращи терапии (вж. по-долу)

На всички хора с МС се препоръчва да следват насоките на [Световната здравна организация](#) за намаляване на риска от инфекция с COVID-19. Хората от по-високорисковите групи трябва да обърнат особено внимание на тези мерки. Препоръчваме:

- Спазвайте социална дистанция от поне 1.5 метра *** разстояние между вас и другите, за да се намали риска от инфекция при кашляне, кихане или разговор. Това е важно да се спазва особено на закрито.
- Нека носенето на маска бъде нормално за вас, докато сте с други хора и се уверете, че я използвате правилно по [тези инструкции](#).
- Избягвайте места с много хора, особено на закрито. Ако това е невъзможно, уверете се, че носите маска и спазвайте социално дистанциране.
- Мийте често ръцете си със сапун и вода или използвайте гел дезинфектанти или кърпички на алкохолна основа (70% алкохолно съдържание се счита за най-ефективно).
- Не докосвайте очите, носа си и устата, освен ако ръцете ви не са чисти.
- Покривайте устата и носа със сгънат лакът или кърпичка, когато кашляте или кихате
- Почиствайте и дезинфекцирайте повърхностите, които често докосвате.
- Изгответе оптимални планове за здравни грижи посредством видеоконсултации и когато се налага лично посещение, съвместно с вашият личен лекар, невролог, терапевт или друг медицински специалист.

Посещенията в здравни клиники и болници не трябва да се избягват, ако са необходими въз основа на вашите текущи здравни нужди.

- Останете активни и се опитайте да участвате в дейности, които ще подобрят вашето психично здраве и благополучие. Насърчават се физически упражнения и социални дейности, които могат да се провеждат навън и на необходимата социално дистанция.
- Вземете сезонната ваксина за грип там, където е налична, и насърчете семейството си да направи същото.

Грижете се за пациенти и членовете на семейството, които живеят или редовно посещават човек с МС в една от рисковите групите, също трябва да следват тези препоръки, за да намалят риска от внасяне на инфекция с COVID-19 в дома. Терапиите за МС (DMT) действат чрез потискане или модифициране на имунната система. Някои лекарства за МС могат да увеличат вероятността от развитие на усложнения от COVID-19, но този риск трябва да бъде балансиран с рисковете от спиране или отлагане на лечението. Препоръчваме на хората с МС, които в момента приемат DMT, да продължат лечението си, освен ако изрично не бъдат посъветвани да го спрат от лекуващия ги невролог и/или лекарска комисия. Хората, които развият симптоми на COVID-19 или имат положителен тест за инфекция, трябва да обсъдят своите МС терапии с техния лекуващ невролог или друго професионално здравно заведение, което е запознато с терапията им. Преди да започнат каквато и да е нова терапия (DMT) или да сменят съществуваща такава, хората с МС трябва да обсъдят със своя невролог коя терапия е най-добрият избор за техните текущи индивидуални нужди. При такова решение трябва да се вземе предвид и следната информация:

- Курс и активността на болестта на МС
- Рисковете и ползите, обикновено са свързани с различни възможности за лечение
- Допълнителни рискове, свързани с COVID-19, като:
 - Наличието на други фактори предпоставка за по-тежък случай на COVID-19, като напреднала възраст, затлъстяване, съществуващо белодробно или сърдечно-съдово заболяване, прогресираща МС, расова/етническа принадлежност с по-висок риск и т.н., както е изброено по-горе.
 - Текущ и очакван бъдещ риск от COVID-19 в местната област
 - Риск от излагане на COVID-19 поради начин на живот, например дали са в състояние да се самоизолират или работят във високорискова среда
 - Натрупване на доказателства за потенциалното взаимодействие между някои лечения и тежестта на COVID-19

Доказателства за въздействието на DMT върху тежестта на COVID-19

Интерфероните и глатирамер ацетат (interferons and glatiramer acetate) е малко вероятно да повлияят отрицателно върху тежестта на COVID-19. Има някои предварителни доказателства, че интерфероните могат да намалят необходимостта от хоспитализация поради COVID-19.

Наличните доказателства сочат, че хората с МС, които приемат **диметил фумарат, терифлуномид, финголимод, сипонимод и натализумаб** (dimethyl fumarate, teriflunomide, fingolimod, siponimod and natalizumab) нямат повишен риск от по-тежки симптоми на COVID-19.

Има някои доказателства, че терапиите, насочени към CD20 - **окрелизумаб и ритуксимаб** (ocrelizumab and rituximab) - могат да бъдат свързани с повишен шанс за по-тежка форма на COVID-19. Тези терапии обаче все пак трябва да бъдат разглеждани като опция за лечение на МС по време на пандемията. Хора с МС, които ги приемат (или ofatumumab и ublituximab, които действат по същия начин) трябва да бъдат особено бдителни по отношение на препоръките по-горе за намаляване на риска от инфекция.

Необходими са повече данни за употребата на **алемтузумаб и кладрибин** (alemtuzumab and cladribine) по време на пандемията на COVID-19, за да се направи оценка на тяхната безопасност. Хора с МС, които в момента приемат тези терапии и са живеещи в среда на огнище с COVID-19, трябва да обсъдят текущия си брой на лимфоцитите със своя личен лекар и/или диспансерен невролог (лимфоцитите са вид бели кръвни клетки, които помагат за защита на тялото от инфекция). Ако броят им се счита за нисък, то пациентите трябва да се изолират колкото е възможно повече, за да намалят риска.

Препоръки за отлагане на втора или по-нататъшна доза **алемтузумаб, кладрибин, окрелизумаб и ритуксимаб** (alemtuzumab, cladribine, ocrelizumab and rituximab), дължащ се на огнището на COVID-19, се различава в различните страни. Хората, които приемат тези лекарства и им предстои следващата доза, трябва да се консултират със своя лекуващ невролог относно рисковете и ползите от отлагане на лечението. Препоръчва се хората да не спират лечението си без съвета на техния лекуващ невролог.

Препоръки относно aHSCT

Автологичното лечение на хематопоеични стволови клетки (aHSCT) включва интензивно химиотерапевтично лечение. Това силно отслабва имунната система за определен период от време. Хора, които са преминали наскоро лечението трябва да обмислят удължаване на периода, в който да останат изолирани по време на пандемията с COVID-19, с поне шест месеца. Хората, които трябва да се подложат на лечение, трябва да обмислят отлагане на процедурата след консултация със своя медицински специалист. Ако ще се провежда лечение с aHSCT, то трябва да се проведе химиотерапия в напълно изолирани стаи от други болнични пациенти.

Търсене на медицински съвет при пристъп и други здравословни проблеми

Хората с МС трябва да търсят медицинска помощ, ако настъпят промени в тяхното здравословно състояние - пристъп или друг проблем като инфекция. Това, ако може трябва да се направи като се използват алтернативни методи на посещения в клиниката като телефонен разговор или видео консултации. В много случаи е възможно да се провежда лечение и наблюдение при пристъп и дистанционно у дома.

Използването на стероиди при лечение на пристъп трябва да бъде внимателно обмислено и използвано само при необходимост и ако пациентът не може да си осигури всички условия за това. Има някои доказателства, че приемането на високи дози стероиди през месеца на заразяване с COVID-19 може да увеличи риска от по-тежка инфекция и последваща хоспитализация. Където е възможно, решението трябва да се вземе от невролог с опит в лечението на МС. Хора на стероидно лечение при пристъп трябва да бъдат особено внимателни, като може да се наложи помислят за самоизолация за поне месец, с цел намаляване на риска от инфекция с COVID-19.

Хората с МС трябва да продължат да участват в рехабилитационни дейности и да останат активни дотолкова, доколкото е възможно по време на пандемията. Това може да стане чрез провеждането на отдалечени сесии, когато има такива, или в други клиники, като се спазват всички необходими епидемиологични мерки за безопасност, за да ограничат разпространението на COVID-19. Хора с притеснения относно тяхното психично здраве трябва да потърсят съвет от съответния медицински специалист.

Грипна ваксина

Грипната ваксина е безопасна и се препоръчва за хора с МС. За страните, които навлизат в грипния сезон, препоръчваме хората с МС да потърсят ваксина срещу сезонния грип, където има налична.

Ваксина срещу SARS-CoV-2

Понастоящем няма достатъчно данни, за това как различните SARS-CoV-2 ваксини, които са в процес на разработване, биха могли да въздействат на МС или взаимодействали с провежданите модифициращи болестта терапии. Съветите ще бъдат включени в актуализирана версия на това изявление веднага щом станат достъпни.

Препоръки за деца или бременни жени с МС

Понастоящем няма конкретни насоки към бременни жени с МС. Има обща информация относно COVID-19 и [бременност от Световната здравна организация](#). Няма конкретни съвети и за деца с МС, те трябва да следват препоръките описани по-горе за хора с МС.

Това изявление беше договорено за първи път на 13 март 2020 г.

Последните редакции бяха обсъдени на 21 октомври 2020 г. При разработването на тези препоръки бяха извършени консултации със следните лица:

*** MS невролози и специалисти**

Професор Бренда Бануел, председател на Международния медицински и научен консултативен съвет на MSIF (IMSB) - Университет в Пенсилвания, СА

Професор Саймън Бродли - Университет Грифит и болница Gold Coast, Куинсланд, Австралия

Професор Олга Чикарели - Институт по неврология, UCL, Великобритания

Д-р Хуанг Дехуй - китайска болница PLA, Китай

Д-р Фернандо Хамуй Диас де Бедоя, президент на LACTRIMS – Universidad Nacional de Asuncion, Парагвай

Професор Андрю Чан - Университетска болница в Берн, Швейцария

Професор Джефри Коен, президент на ACTRIMS - Cleveland Clinic Mellen Center for MS, USA

Д-р Хорхе Кореале, заместник-председател на IMIF на MSIF - FLENI, Аржентина

Професор Джанкарло Коми - IRCCS Ospedale San Raffaele, Италия

Професор Кадзуо Фуджихара, президент на PACTRIMS – Медицински университет в Фукушима, Япония

Професор Гавин Джованони, Бартс и Лондонското училище по медицина и стоматология, кралица Мери Лондонски университет, Великобритания
Професор Бернхард Хеммер, президент наECTRIMS - Technische Universität München, Германия
Професор Джоел Килешайн, Амстердам UMC, Холандия
Професор Дафне Кос, президент на RIMS - KU Льовен, Национален MS Център Мелсбрук, Белгия
Д-р Céline Louarpe - Университет на Сорбона, Франция
Професор Катрин Любецки - ICM, Франция
Професор Арън Милър - председател, Национален медицински консултативен комитет, Национално общество на MS (САЩ); Училище по медицина Icahn в планината Синай, САЩ
Д-р Мохамад Али Сахраян - изследователски център за MS, Институт по неврология, Медицински университет в Техеран Науки, Иран
Професор Марко Салвети - Университет Сапиенца, Италия
Д-р Joost Smolders - ErasmusMC, Холандия
Професор Per Soelberg Sørensen - Университет в Копенхаген, Дания
Професор Мария-Пиа Сормани, от името на италианското проучване MuSC-19 - Университет в Генуа, Италия,
Професор Басем Ямут, президент на MENACTRIMS – Американски университет в Бейрут, медицински Център, Ливан
Професор Фрауке Цип, Медицински център на Университета Йоханес Гутенберг в Майнц, Германия

**** MSIF и неговите членуващи организации**

Д-р Clare Walton, Nick Rijke, Victoria Gilbert, Peer Baneke - MS International Federation
Филип Андерсън - MS Society (Великобритания)
Pedro Carrascal - Esclerosis Múltiple España (Испания)
Д-р Тим Коетзи, д-р Дъг Ландсман, Джули Фиол, Катлийн Костело - Национално общество за MS (САЩ)
Професор Джудит Хаас - Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Bundesverband e.V (Германия)
Д-р Kirstin Heutinck - Stichting MS Research (Холандия)
Д-р Пам Канелис - MS общество на Канада
Elisabeth Kasilingam - Европейска платформа за MS
Д-р Марк Лутц - La Société suisse de la sclérose en plaques (Швейцария)
Мари Лининг - Scleroseforeningen (Дания)
Д-р Джулия Морахан - MS Research Australia
Д-р Emmanuelle Plassart-Schiess - Фондация ARSEP (Франция)
Д-р Паола Заратин - Associazione Italiana Sclerosi Multipla Onlus (Италия)

*** Националните и международните насоки за физическо дистанциране варират от поне 1 метър до 2 метра. Хората трябва да спазват напътствията и препоръките на местно ниво, защото това са минимални препоръчителни разстояния.