

Ráðgjöf um COVID-19 á heimsvísu fyrir fólk með MS

COVID-19 er nýr sjúkdómur sem getur haft áhrif á lungu, öndunarveg og líffæri. Hann orsakast af nýjum kórónavírus sem fannst fyrst hjá fólk í Kína í desember 2019 og hefur síðan breiðst út til annarra heimshluta.

Eins og er eru takmarkaðar vísbendingar um hvernig COVID-19 hefur áhrif á fólk með MS-sjúkdóminn. Ráðleggingarnar hér fyrir neðan voru samdar af MS taugalæknum* og rannsóknarsérfræðingum frá aðildarfélögum MSIF**. Þær grundvallast á sérfræðiáliti og bráðabirgðagögnum† sem enn er verið að greina, svo þeim skal taka með fyrirvara. Þessar ráðleggingar verða endurskoðaðar og uppfærðar eftir því sem meiri vitneskja fæst um COVID-19.

Við hvetjum fólk með MS og heilbrigðisstarfsmenn til að taka þátt í gagnasöfnun samtakanna um COVID-19 og MS. Sjá nánar á www.msif.org/covid19data.

Ráðleggingar til fólks með MS

Fólk með undirliggjandi lungna- og hjartasjúkdóma og þeir sem eru eldri en 60 ára eru líklegri en aðrir til að fá fylgikvilla og verða alvarlega veikir af COVID-19 vírusnum. Margir einstaklingar með MS eru í þessum hópi, sérstaklega þeir sem eru einnig með önnur heilsufarsvandamál og skerta hreyfigetu.

Núverandi vitneskja bendir ekki til þess að einungis það að vera með MS auki áhættuna á því að deyja úr COVID-19. Samt sem áður geta mögulegar langtímaafleiðingar MS-sjúkdómsins gert fólk móttækilegra fyrir því að fá alvarlegra tilfelli af COVID-19. Líkurnar á því að leggjast inn á spítala vegna COVID-19 aukast með hækkandi aldri, síversnun í MS og hærra fötlunarstigi.

Öllum með MS er ráðlagt að fylgja almennum leiðbeiningum til að draga úr hættu á sýkingu af COVID-19. Tillögur [Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar](#) fela meðal annars í sér:

- Þvoið hendurnar oft með sápu og vatni eða handspritti
- Forðist snertingu við augu, nef og munn nema með hreinum höndum
- Reynið að stunda samskiptafjarlægð með því að halda að lágmarki 1 metra fjarlægð milli þín og annarra, sérstaklega þeirra sem hósta og hnerra
- Forðist fjölmenna staði
- Hóstið og hnennið í krepptan olnboga eða pappír
- Gætið hreinlætis við matargerð með því að nota mismunandi skurðarborð fyrir hrátt kjöt og soðinn mat og þvoið hendurnar á milli

Að auki mælum við með því að fólk með MS:

- Noti andlitsgrímu á almannafæri og tryggi rétta notkun með því að fylgja þessum leiðbeiningum
- Forðist að nota almenningssamgöngur ef unnt er
- Noti aðra valkosti fyrir venjubundnar læknisheimsóknir ef mögulegt er (til dæmis í gegnum síma eða fjarþjónustu).

Tilteknir hópar fólks með MS geta verið í aukinni áhættu á því að veikjast alvarlega eða deyja af völdum COVID-19. Eftirfarandi hópar ættu að fara sérstaklega varlega og lágmarka áhættuna á því að sýkjast af vírusnum:

- Fólk með síversnun í MS
- Fólk með MS sem er eldra en 60 ára
- Fólk með hátt fötlunarstig (t.d. EDSS stig 6 eða meira)
- Fólk með hjarta- eða lungnasjúkdóma

Umönnunaraðilar og fjölskyldumeðlimir sem búa með eða heimsækja reglulega einstakling með MS sem tilheyrir einhverjum af ofangreindum hópum ættu einnig að fylgja þessum ráðleggingum til að draga úr líkunum á að koma með COVID-19 sýkingu inn á heimilið.

Á næstu vikum og mánuðum getur verið slakað á takmörkunum og útgöngubanni sem hefur verið í gildi víða. Þar til við öðlumst betri skilning á kórónavírusnum, ætti fólk með MS í áhættuhópum og umönnunaraðilar þeirra áfram að fylgja ráðleggingunum hér að ofan til að minnka hættuna á að fá COVID-19.

Ráð varðandi sjúkdómsbreytandi meðferðir við MS

Margar sjúkdómsbreytandi meðferðir (DMT) við MS virka þannig að þær bæla eða breyta ónæmiskerfinu. Sum MS lyf geta aukið líkurnar á því að fá fylgikvilla vegna COVID-19 sýkingar en þá áhættu þarf að meta í samanburði við áhættuna af því að hætta eða fresta meðferð. Við mælum með að:

- Fólk með MS sem er á sjúkdómsbreytandi lyfjum (DMT) haldi áfram meðferð sinni.
- Fólk sem fær einkenni COVID-19 eða greinist jákvætt fyrir sýkingunni ræði MS meðferð sína við taugalækninn sinn eða annan heilbrigðisstarfsmann sem þekkir vel til þess.
- Áður en byrjað er á nýju sjúkdómsbreytandi lyfi (DMT) ræði fólk með MS við lækinn sinn um hvaða meðferð sé besti kosturinn fyrir þeirra sjúkdómsgerð og sjúkdómsvirkni í ljósi COVID-19 áhættu á svæðinu. Eftirfarandi upplýsingar ætti að taka með í reikninginn við ákvarðanatöku:
 - Ólíklegt er að interferón [*Avonex, Betaferon, Rebif*] og glatiramer asetat [*Copaxone, Remurel*] hafi neikvæð áhrif á alvarleika COVID-19. Bráðabirgðaniðurstöður gefa til kynna að interferón geti minnkað líkur á sjúkrahúslegu vegna COVID-19.
 - Fyrirliggjandi bráðabirgðaniðurstöður gefa til kynna að fólk með MS sem tekur dimetyl fumarate [*Tecfidera*], teriflunomide [*Aubagio*], fingolimod [*Gilenya*] og siponimod [*Mayzent*] sé ekki í aukinni áhættu á að fá alvarleg COVID-19 einkenni eða deyja af völdum COVID-19.
 - Meðferðir sem beinast að CD20 viðtökum – ocrelizumab [*Ocrevus*] og rituximab [*Truxima, MabThera, Blizima*] – geta tengst auknum líkum á sjúkrahúslegu eða gjörgæslumeðferð vegna COVID-19. Þessar bráðabirgðaniðurstöður þurfa frekari rannsóknir við.
 - Safna þarf meiri gögnum um notkun natalizumab [*Tysabri*], alemtuzumab [*Lemtrada*] og cladribine [*Mavenclad*] í COVID-19 faraldrinum svo hægt sé að meta öryggi þeirra.
- Fólk með MS sem er þegar á ocrelizumab [*Ocrevus*], rituximab [*MabThera, Truxima*], ofatumumab [*Arzerra*] eða ublituximab og býr á svæði þar sem COVID-19 hefur brotist út ætti að vera sérstaklega aðgætið og gæti viljað íhuga möguleikann á sjálfskipaðri einangrun til að minnka áhættuna á sýkingu.

-
- Fólk með MS sem er þegar á alemtuzumab [*Lemtrada*] eða cladribine [*Mavenclad*] og býr á svæði þar sem COVID-19 hefur brotist út ætti að ræða fjölda eitiðfruma við lækinn sinn. Ef fjöldinn er lágur ætti það að einangra sig eins mikið og hægt er til að minnka áhættuna á sýkingu.

Ráðleggingar um að fresta öðrum eða frekari skömmtum af alemtuzumab [*Lemtrada*], cladribine [*Mavenclad*], ocrelizumab [*Ocrevus*] og rituximab [*MabThera*, *Truxima*], vegna COVID-19 faraldursins eru mismunandi milli landa. Fólk sem tekur þessi lyf og komið er að næsta skammti hjá, ætti að ráðfæra sig við lækinn sinn um áhættur og ávinning af frestun meðferðar.

Ráð varðandi stofnfrumumeðferð (aHSCT)

Samgena blóðmyndandi stofnfrumumeðferð (aHSCT) innifelur kröftuga lyfjameðferð. Það veikir ónæmiskerfið verulega í ákveðinn tíma. Fólk sem hefur nýlega gengist undir slíka meðferð ætti að lengja tímabilið sem það er í einangrun á meðan á COVID-19 faraldrinum stendur. Fólk sem á að gangast undir slíka meðferð á næstunni ætti að íhuga að fresta meðferðinni í samráði við sinn lækni.

Að leita til læknis vegna kasta og annarra heilsufarslegra vandamála

Fólk með MS ætti að leita til læknis ef það upplifir breytingar á heilsufari sínu sem geta bent til MS-kasts eða annars undirliggjandi vandamáls eins og sýkingar. Hægt er að nota aðra valkosti en heimsókn á læknastöð (s.s. síma- eða fjarþjónustu) þar sem það er í boði. Í mörgum tilvikum er mögulegt að takast á við MS-köst heima hjá sér.

Notkun stera til að meðhöndla köst ætti að vera að yfirveguðu ráði og einungis fyrir alvarleg köst. Ef það er mögulegt, ætti sú ákvörðun að vera í höndum taugalæknis sem er reyndur í að meðhöndla MS-sjúkdóminn. Fólk sem fær sterameðferð vegna kasts ætti að vera sérstaklega aðgætið og gæti viljað íhuga möguleikann á sjálfskipaðri einangrun í ákveðinn tíma til að minnka áhættu sína vegna COVID-19.

Fólk með MS ætti að halda áfram að stunda endurhæfingu og vera eins virkt og hægt er á meðan á faraldrinum stendur. Hægt er að nýta sér fjarþjónustu ef hún er í boði eða meðferðarstöðvar svo fremi að varúðarráðstafanir séu í gangi til að takmarka útbreiðslu COVID-19. Fólk sem hefur áhyggjur af geðheilsu sinni ætti að leita ráða hjá læknum sínum.

Ráðleggingar fyrir börn eða barnshafandi konur með MS

Sem stendur eru engar sérstakar ráðleggingar fyrir konur með MS sem eru þungaðar. Almennar upplýsingar um COVID-19 og meðgöngu er að finna á vefsíðunni [US Centre for Disease Control and Prevention](https://www.cdc.gov).

Engar sérstakar ráðleggingar hafa verið gefnar út fyrir börn með MS; þau ættu að fylgja ráðleggingunum hér að ofan fyrir fólk með MS.

Eftirfarandi einstaklingar voru ráðgefandi við samningu þessara ráðlegginga:

***MS taugalæknar og sérfræðingar**

Prófessor Brenda Banwell, Formaður alþjóðlegu lækisfræði- og vísindarnefnda MSIF – University of Pennsylvania, Bandaríkin
Prófessor Simon Broadley – Griffith University and Gold Coast Hospital, Queensland, Ástralía
Prófessor Olga Ciccarelli – Institute of Neurology, UCL, Bretland
Dr Huang Dehui - Chinese PLA General Hospital, Kína
Dr Fernando Hamuy Diaz de Bedoya, Forseti LACTRIMS – Universidad Nacional de Asuncion, Paragvæ
Prófessor Andrew Chan – Bern University Hospital, Sviss
Prófessor Jeffrey Cohen, Forseti ACTRIMS – Cleveland Clinic Mellen Center for Multiple Sclerosis, Bandaríkin
Dr Jorge Correale, Deputy, Varformaður alþjóðlegu lækisfræði- og vísindarnefnda MSIF – FLENI, Argentína
Prófessor Giancarlo Comi – Università Vita Salute San Raffaele, Ítalía
Prófessor Kazuo Fujihara, Forseti PACTRIMS – Fukushima Medical University School of Medicine, Japan
Prófessor Gavin Giovannoni, Barts and the London School of Medicine and Dentistry, Queen Mary University of London, Bretland
Prófessor Bernhard Hemmer, Forseti ECTRIMS – Technische Universität München, Þýskaland
Prófessor Joep Killestein, Amsterdam UMC, Holland
Prófessor Daphne Kos, President of RIMS – KU Leuven, National MS Center Melsbroek, Belgíu
Dr Céline Louapre – Sorbonne Université, Frakkland
Prófessor Catherine Lubetzki – ICM, Frakkland
Prófessor Aron Miller – Chairman, National Medical Advisory Committee, National MS Society (US); Icahn School of Medicine at Mount Sinai, Bandaríkin
Dr Mohammad Ali Sahraian – MS Research Center, Neuroscience Institute, Tehran University of Medical Sciences, Íran
Prófessor Marco Salvetti – Sapienza University, Ítalía
Dr Joost Smolders – ErasmusMC, Holland
Prófessor Per Soelberg Sørensen – University of Copenhagen, Danmörk
Prófessor Maria-Pia Sormani, on behalf of the Italian MuSC-19 study – University of Genoa, Ítalía
Prófessor Bassem Yamout, Forseti MENACTRIMS – American University of Beirut Medical Center, Líbanon
Prófessor Frauke Zipp, Johannes Gutenberg University Medical Center in Mainz, Þýskaland

****Aðildarfélög MSIF**

Dr Clare Walton, Nick Rijke, Victoria Gilbert, Peer Baneke – MS International Federation
Phillip Anderson – MS Society (Bretland)
Pedro Carrascal – Esclerosis Múltiple España (Spánn)
Dr Tim Coetzee, Dr Doug Landsman, Julie Fiol, Kathleen Costello – National MS Society (Bandaríkin)
Prófessor Judith Haas – Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Bundesverband e.V (Þýskaland)
Dr Kirstin Heutinck – Stichting MS Research (Holland)
Dr Pam Kanellis – MS Society of Canada (Kanada)
Nora Kriauczaitė – European MS Platform (Evrópusamtök MS-félaga, EMSP)
Dr Marc Lutz – La Société suisse de la sclérose en plaques (Sviss)
Marie Lynning – Scleroseforeningen (Danmörk)
Dr Julia Morahan – MS Research Australia (Ástralía)
Dr Emmanuelle Plassart-Schiess – ARSEP Fondation (Frakkland)
Dr Paola Zaratin – Associazione Italiana Sclerosi Multipla Onlus (Ítalía)

†Eftirfarandi gögn voru skoðuð við samningu þessara ráðlegginga:

- Gögn úr ítalska MuSC-19 verkefninu – Sormani MP ofl. Sjúkdómsbreytandi meðferðir og alvarleiki Covid-19 í MS. (framlögð)
- Rannsóknargögn alþjóðlega gagnasöfnunarátaksins um COVID-19 og MS, frá 10. júní 2020.

Þessi yfirlýsing var fyrst samþykkt 13. mars 2020. Síðustu breytingar voru samþykktar 17. júní 2020.

Þýtt úr ensku 13.3.2020 og síðast uppfært 23.06.2020– MS-félag Íslands

Lyfjaheiti í hornklofum [] eru innskot þýðanda til glöggvunar fyrir lesendur.
