

### نصيحة حول جائحة كوفيد-19 على مستوى العالم للأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد

إن كوفيد-19 مرض جديد يصيب الرئتين والمسالك الهوائية والأعضاء الأخرى. وهو ناتج عن فيروس كورونا المستجد (يُطلق عليه اسم SARS-CoV-2) والذي انتشر في جميع أنحاء العالم.

إن النصائح الواردة أدناه قد وضعها أطباء الأعصاب المتخصصين في التصلب العصبي المتعدد\* وخبراء الأبحاث من المؤسسات الأعضاء\*\* في الاتحاد الدولي للتصلب العصبي المتعدد. وتستند هذه النصائح إلى الأدلة التي ظهرت حول مدى تأثير كوفيد-19 على الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد ورأي الخبراء في هذا الصدد. وستخضع هذه النصائح للمراجعة والتحديث مع توفر أدلة جديدة حول كوفيد-19.

#### نصائح للأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد

تشير الأدلة الحالية إلى أن مجرد تشخيص إصابتك بالتصلب العصبي المتعدد لا يجعلك أكثر عرضة للإصابة بفيروس كوفيد-19 أو الإصابة بمرض أشد فتكاً أو الموت الناجم عن العدوى أكثر من عامة الناس. ومع ذلك، فإن الفئات التالية من الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد أكثر عرضة للإصابة بحالة شديدة من كوفيد-19، وهم:

- الأشخاص ذوو التصلب العصبي المتعدد المترقي
- الأشخاص ذوو التصلب العصبي المتعدد فوق سن الستين
- الرجال ذوو التصلب العصبي المتعدد
- السود ذوو التصلب العصبي المتعدد وربما الأشخاص من جنوب آسيا ذوي التصلب العصبي المتعدد
- الأشخاص ذوو المستويات الأعلى من العجز (على سبيل المثال، [درجة مقياس حالة العجز الممتد](#) المكون من 6 درجات أو أعلى، والتي يحتاج صاحبها إلى استخدام عصا للمشي)
- الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد والمصابون بالسمنة أو السكري أو أمراض القلب أو الرئتين
- الأشخاص الذين يتناولون علاجات معينة معدلة للمرض من أجل التصلب العصبي المتعدد (انظر أدناه)

يُنصح جميع الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد باتباع المبادئ التوجيهية [لمنظمة الصحة العالمية](#) المتعلقة بالحد من خطر عدوى كوفيد-19. يجب على الأشخاص الموجودين ضمن الفئات الأكثر عرضة للخطر إيلاء اهتمام خاص لهذه التدابير. نوصي باتخاذ الإجراءات التالية:

- تطبيق التباعد الاجتماعي بالحفاظ على مسافة لا تقل عن 1.5 متر \*\*\* بينك وبين الآخرين، لتقليل خطر الإصابة بالعدوى عند السعال أو العطس أو التحدث. يكون التباعد مهماً بصفة خاصة في أثناء التواجد في الأماكن المغلقة وتطبيق كذلك في الأماكن الخارجية.
  - جعل ارتداء الكمامة جزءاً طبيعياً من حياتك في أثناء التواجد وسط أشخاص آخرين وتأكد من استخدامها بصورة صحيحة [باتباع هذه المبادئ التوجيهية](#).
  - تجنب الذهاب إلى الأماكن المزدحمة، وبالأخص الأماكن المغلقة. إذا تعذر ذلك، فتأكد من ارتداء الكمامة وتطبيق قواعد التباعد الاجتماعي.
  - اغسل يديك باستمرار بالماء والصابون أو افركهما بمطهر كحولي (يُعتبر المطهر الذي يحتوي على 70% من الكحول هو الأكثر فعالية).
  - تجنب لمس العينين والأنف والفم ما لم تكن اليدين نظيفتين.
  - عند السعال والعطس، يجب الحرص على تغطية الفم والأنف بمرفقك أو بمنديل ورقي.
  - نظّف الأسطح وعقمها بصورة متكررة، وبالأخص الأسطح التي يتم لمسها باستمرار.
  - تحدث إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بشأن خطط الرعاية المثلى، من خلال الاستشارات عبر تقنية الفيديو أو الزيارات الشخصية عند الحاجة. لا ينبغي تجنب زيارة العيادات الصحية والمستشفيات إذا تمت التوصية بزيارتها بناءً على احتياجاتك الصحية الحالية.
  - حافظ على نشاطك وحاول المشاركة في الأنشطة التي من شأنها تعزيز صحتك العقلية وعافيتك. يتم تشجيعك على ممارسة التمارين البدنية والأنشطة الاجتماعية في الأماكن المفتوحة مع تطبيق قواعد التباعد الاجتماعي.
  - احصل على لقاح الإنفلونزا الموسمية كلما أمكن وشجع أفراد عائلتك على فعل الشيء نفسه.
- ينبغي لمقدمي الرعاية وأفراد الأسرة الذين يعيشون مع شخص ذي تصلب عصبي متعدد ومصنف ضمن الفئات الأعلى للمخاطر، أو يزورونه بانتظام، أن يتبعوا أيضاً هذه التوصيات للحد من احتمالات انتقال عدوى كوفيد-19 إلى بيته.

#### نصائح بشأن العلاجات المعدلة للمرض الخاصة بالتصلب العصبي المتعدد

إن كثيراً من العلاجات المعدلة للمرض تفيد في حالة التصلب العصبي المتعدد من خلال تثبيط جهاز المناعة أو تعديل طريقة عمله. وقد تزيد بعض أدوية التصلب العصبي المتعدد من احتمالات ظهور مضاعفات من كوفيد-19، لكن هذه المخاطر يجب أن تتوازن مع مخاطر إيقاف العلاج أو تأجيله.

نوصي الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد الذين يتناولون العلاجات المعدلة للمرض حالياً بالاستمرار في علاجهم، ما لم ينصحهم الطبيب المعالج بالتوقف عنه.

يجب على الأشخاص الذين تظهر عليهم أعراض كوفيد-19 أو كانت نتائج اختبار إصابتهم بالعدوى إيجابية أن يناقشوا علاجات التصلب العصبي المتعدد الخاصة بهم مع مُقدّم الرعاية الخاص بالتصلب العصبي المتعدد الذي يعتني بهم أو غيرهم من المختصين بالرعاية الصحية ممن هم على دراية بالرعاية المُقدّمة لهؤلاء الأشخاص.

قبل البدء في استخدام أي علاج جديد معدل للمرض أو تغيير العلاج المعدل الحالي، يجب على الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد مناقشة أخصائي الرعاية الصحية المسؤول عن حالاتهم في ما يتعلق بالخيار الأفضل لعلاجهم وفقاً لظروف كل شخص منهم على حدة. وعند اتخاذ هذا القرار يجب أخذ المعلومات التالية بعين الاعتبار:

- مسار التصلب العصبي المتعدد ونشاطه
- المخاطر والفوائد المرتبطة عادةً بخيارات العلاج المختلفة
- المخاطر الإضافية المرتبطة بمرض كوفيد-19، على سبيل المثال:
  - وجود عوامل أخرى لحالة أكثر خطورة من كوفيد-19، مثل التقدم في السن والسمنة وأمراض الرئة أو القلب والأوعية الدموية الموجودة من قبل والتصلب العصبي المتعدد المترقي، والفئات العرقية أو الإثنية عالية الخطورة وغيرها، على النحو المذكور أعلاه
  - المخاطر الحالية والمتوقعة لمرض كوفيد-19 في المنطقة المحلية
  - مخاطر التعرض لمرض كوفيد-19 بسبب نمط الحياة، على سبيل المثال، ما إذا كان بالإمكان إجراء عزل ذاتي أو العمل في بيئة ذات مخاطر مرتفعة
  - ظهور أدلة جديدة على التفاعل المحتمل بين بعض العلاجات وحمولة أعراض كوفيد-19

#### الدليل على تأثير العلاجات المعدلة للمرض على حمولة إصابة كوفيد-19

من غير المحتمل أن يؤثر الإنترفيرون وأسيئات الغلاتيرامر تأثيراً سلبياً على حمولة أعراض كوفيد-19. هناك بعض الأدلة الأولية التي تشير إلى أن الإنترفيرون قد يقلل من الحاجة إلى الوجود داخل المستشفى بسبب كوفيد-19.

كما تشير الأدلة المتوفرة إلى أن الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد الذين يتناولون فيومارات الديميثيل وتريفلونوميد وفينجوليمود وسيونيمود وناتاليزوماب ليست لديهم أي مخاطر متزايدة للإصابة بأعراض أكثر حمولة لمرض كوفيد-19.

هناك بعض الأدلة التي تشير إلى أن العلاجات التي تستهدف CD20 - أوكريزوماب وريتوكسيماب - قد ترتبط بزيادة احتمالات الإصابة بأعراض أكثر حمولة من كوفيد-19. ومع ذلك، لا يزال بالإمكان اعتبار هذه العلاجات خياراً يمكن استخدامه لعلاج التصلب العصبي المتعدد خلال الجائحة. يجب على الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد الذين يتناولون هذه الأدوية (أو الأوفاتوموماب والأوبليتينوكسيماب اللذين يعملان بنفس الطريقة) توخي الحذر وبالأخص فيما يتعلق بالنصائح المذكورة أعلاه للحد من مخاطر الإصابة بالعدوى.

لا بد من توفير المزيد من البيانات حول استخدام أليمتوزوماب وكلاذريبين خلال جائحة كوفيد-19 لإجراء أي تقييم لسلامة هؤلاء الأشخاص. يجب على الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد ممن يتناولون هذه العلاجات حالياً ويعيشون في مجتمع يعاني من تفشي كوفيد-19 أن يناقشوا موضوع عدد الخلايا اللمفاوية الحالية لديهم مع أخصائي الرعاية الصحية. (الخلايا اللمفاوية هي نوع من خلايا الدم البيضاء التي تساعد على حماية الجسم من العدوى). إذا كانت أعداد هذه الخلايا تعتبر منخفضة، فيجب على هؤلاء الأشخاص عزل أنفسهم لأطول فترة ممكنة للحد من المخاطر التي يمكن أن يتعرضوا لها.

تختلف التوصيات من بلدٍ لآخر بشأن تأخير الجرعات الثانية وما بعدها من أدوية أليمتوزوماب، وكلاذريبين، وأوكريزوماب، وريتوكسيماب، بسبب تفشي كوفيد-19. وعلى الأشخاص الذين يتناولون هذه العلاجات ومن المقرّر أن يتلقوا الجرعة التالية أن يستشيروا أخصائي الرعاية الصحية الخاص بهم بشأن المخاطر والفوائد المرتبطة بتأجيل العلاج. يتم تشجيع الأشخاص بشدة على عدم التوقف عن العلاج دون استشارة الطبيب.

#### نصائح بشأن استزراع خلايا جذعية ذاتية المنشأ مكونة للدم (aHSCT)

إنّ استزراع خلايا جذعية ذاتية المنشأ مكونة للدم ينطوي على علاج كيميائي مكثف. ويؤدي ذلك إلى حدوث ضعف حاد في جهاز المناعة لفترةٍ من الوقت. وعلى الأشخاص الذين خضعوا مؤخراً للعلاج، النظر في تمديد فترة بقائهم في العزل خلال تفشي جائحة كوفيد-19 لمدة لا تقل عن ستة أشهر. أما الأشخاص الذين من المقرّر خضوعهم للعلاج، فعليهم التفكير في تأجيل هذا الإجراء مع استشارة أخصائي الرعاية الصحية الذي يتابع حالتهم. إذا تم إعطاء علاج لاستزراع خلايا جذعية ذاتية المنشأ مكونة للدم، فيجب إعطاء العلاج الكيميائي في غرف معزولة عن المرضى الآخرين المتواجدين بالمستشفى.

### طلب المشورة الطبية بشأن الانتكاسات والمخاوف الصحية الأخرى

لا يزال يتعين على الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد طلب المشورة الطبية إذا واجهوا تغييرات في صحتهم قد تشير إلى انتكاس حالتهم أو وجود مشكلة أساسية أخرى مثل الإصابة بالعدوى. يمكن طلب المشورة من خلال بدائل للزيارات الشخصية للعيادة (على سبيل المثال الاستشارات عبر الهاتف أو الفيديو) متى كان هذا الخيار متاحًا. في كثير من الحالات، يمكن معالجة الانتكاسات في المنزل.

يجب التفكير بتأن في استخدام الستيرويدات لعلاج الانتكاسات واللجوء إليها فقط في حالات الانتكاسات الخطيرة. هناك بعض الأدلة تشير إلى أن تناول جرعات عالية من الستيرويدات في الشهر السابق للإصابة بمرض كوفيد-19 يزيد من مخاطر الإصابة بعدوى أكثر حدة قد تتطلب زيارة المستشفى. يجب اتخاذ القرار بواسطة طبيب أعصاب خبير في علاج التصلب العصبي المتعدد كلما أمكن ذلك. يجب أن يتمتع الأشخاص الذين يحصلون على الستيرويد لعلاج الانتكاس بقدر أكبر من اليقظة ويمكن التفكير في إجراء العزل الذاتي لمدة شهر على الأقل لتقليل مخاطر الإصابة بمرض كوفيد-19.

يجب أن يستمر الأشخاص ذوو التصلب العصبي المتعدد في المشاركة في أنشطة إعادة التأهيل والبقاء نشطين لأطول فترة ممكنة أثناء تفشي الجائحة. يمكن مواصلة المشاركة عن طريق الجلسات عن بُعد كلما كان ذلك متاحًا أو في العيادات طالما أنه يتم تطبيق احتياطات السلامة داخل المنشآت للحد من انتشار كوفيد-19. يجب على الأشخاص الذين لديهم مخاوف بشأن صحتهم العقلية طلب المشورة من أخصائي الرعاية الصحية الخاص بهم.

### لقاح الإنفلونزا

لقاح الإنفلونزا آمن ويوصى باستخدامه للأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد. بالنسبة إلى البلدان التي تدخل موسم الإنفلونزا، نوصي الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد بتلقي لقاح الإنفلونزا الموسمية كلما كان ذلك متاحًا.

### لقاح SARS-CoV-2

لا يتوفر في الوقت الحالي معلومات كافية للتعليق على كيفية تفاعل لقاحات SARS-CoV-2 المختلفة قيد التطوير مع التصلب العصبي المتعدد أو مع العلاجات المعدلة للمرض الخاصة بالتصلب العصبي المتعدد. سيتم تضمين النصيحة بهذا الشأن في نسخة محدثة من هذا البيان بمجرد توفرها.

### نصائح للأطفال أو النساء الحوامل من ذوي التصلب العصبي المتعدد

لا يوجد في الوقت الراهن نصيحة محددة للنساء الحوامل ذوات التصلب العصبي المتعدد. هناك معلومات عامة مقدمة من [منظمة الصحة العالمية](#) حول جائحة كوفيد-19 والحمل. وليست هناك نصائح محددة للأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد، وعليهم اتباع النصائح الواردة أعلاه الخاصة بالأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد.

جرى الاتفاق على هذا البيان لأول مرة في 13 مارس 2020. جرى الاتفاق على المراجعات الأخيرة في 21 أكتوبر 2020

لقد استشرنا الأفراد التالية أسماؤهم في كتابة هذه النصائح:

#### \*أطباء الأعصاب والمتخصصون في التصلب العصبي المتعدد

- البروفيسور بريندا بانويل، رئيس المجلس الاستشاري الطبي والعلمي الدولي (IMSB) التابع للاتحاد الدولي للتصلب العصبي المتعدد - جامعة بنسلفانيا، الولايات المتحدة الأمريكية
- البروفيسور سايمون برودلي - جامعة جريفيث ومستشفى جولد كوست، كوينزلاند، أستراليا
- البروفيسور أولجا تشيكارييلي - معهد طب الأعصاب، كلية لندن الجامعية، المملكة المتحدة
- الدكتور هوانغ ديهوي - المستشفى العام لجيش التحرير الشعبي الصيني، الصين
- الدكتور فيرناندو أموي دياز دي بيدويا، رئيس لجنة أمريكا اللاتينية لعلاج وأبحاث التصلب العصبي المتعدد - جامعة أسنسيون الوطنية، باراغواي
- البروفيسور أندرو تشان - مستشفى بيرن الجامعي، سويسرا
- البروفيسور جيفري كوهين، رئيس لجنة الأمريكتين لعلاج وأبحاث التصلب العصبي المتعدد - عيادة كليفلاند، مركز ميلين للتصلب العصبي المتعدد، الولايات المتحدة الأمريكية
- الدكتور خورخي كوربالي، نائب رئيس المجلس الاستشاري الطبي والعلمي الدولي (IMSB) التابع للاتحاد الدولي للتصلب العصبي المتعدد - مؤسسة فيليني لطب وجراحة الأعصاب وإعادة التأهيل، الأرجنتين
- البروفيسور جيانكارلو كومي - المعهد العلمي للأبحاث والاستشفاء والرعاية الصحية، مستشفى سان رافائيل، إيطاليا
- البروفيسور كازوو فوجيهارا، رئيس اللجنة الآسيوية لعلاج وأبحاث التصلب العصبي المتعدد - كلية الطب في جامعة فوكوشيما الطبية، اليابان
- البروفيسور جافين جيوفانوني، بارتس وكلية لندن للطب وطب الأسنان، جامعة كوين ماري في لندن، المملكة المتحدة
- البروفيسور برنارد هيمر، رئيس اللجنة الأوروبية لعلاج وبحوث التصلب المتعدد (ECTRIMS) - جامعة ميونخ التقنية، ألمانيا
- البروفيسور جويب كيلستين، المركز الطبي الجامعي في أمستردام، هولندا
- البروفيسور دافني كوس، رئيس RIMS (إعادة تأهيل الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد) - جامعة لوفان الكاثوليكية، المركز الوطني للتصلب العصبي المتعدد في ميلزبروك، بلجيكا
- الدكتورة سيلين لوبري - جامعة السوربون، فرنسا
- البروفيسور كاترين لوبنزيكي - معهد الدماغ والحبل الشوكي (ICM)، فرنسا
- البروفيسور آرون ميلر - رئيس اللجنة الاستشارية الطبية الوطنية، الجمعية الوطنية للتصلب العصبي المتعدد بالولايات المتحدة، مدرسة إيكان للطب في ماونت سيناي، الولايات المتحدة الأمريكية
- الدكتور محمد علي سهريان - مركز أبحاث التصلب العصبي المتعدد، معهد العلوم العصبية، جامعة طهران للعلوم الطبية، إيران
- البروفيسور ماركو ساليفتي - جامعة سابينزا، إيطاليا
- الدكتور جوست سمولدرز - إيراسموس إم سي، هولندا
- البروفيسور بير سولبيرغ سورنسن - جامعة كوبنهاغن، الدنمارك
- البروفيسور ماريا بيا سورماني، بالنيابة عن الدراسة الإيطالية على منصة التصلب العصبي المتعدد وكوفيد-19 - جامعة جنوة، إيطاليا، البروفيسور باسم يموت، رئيس لجنة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا لعلاج وأبحاث التصلب العصبي المتعدد، المركز الطبي للجامعة الأمريكية في بيروت، لبنان
- البروفيسور فراوك زيب، المركز الطبي لجامعة يوهانس جوتنبرغ في ماينز، ألمانيا

#### \*\*الاتحاد الدولي للتصلب العصبي المتعدد والمنظمات الأعضاء فيه

- الدكتورة كلير والتون، نيك ريكه، فيكتوريا جلبرت، بير بانكي - الاتحاد الدولي للتصلب العصبي المتعدد
- فيليب أندرسون - جمعية التصلب العصبي المتعدد (المملكة المتحدة)
- بيدرو كاراسكال - جمعية التصلب العصبي المتعدد (إسبانيا)
- الدكتور تيم كويتزي، الدكتور دوغ لاندزمان، جولي فيول، كاتلين كوستيلو - الجمعية الوطنية للتصلب العصبي المتعدد (الولايات المتحدة)
- البروفيسور جوديث هاس - الجمعية الألمانية للتصلب العصبي المتعدد، الرابطة الفيدرالية (ألمانيا)
- الدكتورة كريستين هيوتينك - مؤسسة أبحاث التصلب العصبي المتعدد (هولندا)
- الدكتور بام كانيليس - جمعية التصلب العصبي المتعدد في كندا
- إليزابيث كاسيلينغام - المنصة الأوروبية للتصلب العصبي المتعدد
- الدكتور مارك لوتز - الجمعية السويسرية للتصلب العصبي المتعدد (سويسرا)
- ماري لينغ - جمعية التصلب العصبي المتعدد (الدنمارك)
- الدكتورة جوليا موراهان - الجمعية الأسترالية للتصلب العصبي المتعدد
- الدكتور إيمانويل بلاسارت شيبس - مؤسسة أرسيب لمساعدة البحوث في التصلب اللويحي (فرنسا)
- الدكتورة باولا زاراتين - الجمعية الإيطالية للتصلب العصبي المتعدد (إيطاليا)

---

\*\*\* تختلف المبادئ التوجيهية الوطنية والدولية الخاصة بالتباعد الجسدي بين متر واحد إلى مترين على الأقل. يجب أن يأخذ الأشخاص المبادئ التوجيهية الوطنية بعين الاعتبار وأن يدركوا أن هذا هو الحد الأدنى لمسافات التباعد، وكلما زاد طولها يكون الأمر أفضل.