

نصائح عالمية بشأن كوفيد-19 للأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد

كوفيد-19 هو مرض جديد يؤثر على الرئتين والمسالك الهوائية وأعضاء الجسم الأخرى. وهو ناتج عن فيروس كورونا المستجد (يطلق عليه اسم SARS-CoV-2) والذي انتشر في جميع أنحاء العالم.

إنّ النصائح الواردة أدناه قد وضعها أطباء متخصصون في التصلب العصبي المتعدد* وخبراء الأبحاث. وتستند هذه النصائح إلى الأدلة التي ظهرت حول مدى تأثير كوفيد-19 على الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد ورأي الخبراء في هذا الصدد. وستضع هذه النصائح للمراجعة والتحديث مع توفر أدلة جديدة حول كوفيد-19 وSARS-CoV-2.

لمزيد من المعلومات عن لقاحات كوفيد-19 والتصلب العصبي المتعدد، يرجى الاطلاع على الصفحة رقم 4.

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 فتكًا أو الوفاة الناجمة عن العدوى بنسبة أكبر 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، الذين تبلغ [درجة مقياس حالة العجز الممتد](#) لديهم 6 درجات أو أعلى، والتي يحتاج أصحابها 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 مهمًا بصفة خاصة أثناء التواجد في الأماكن المغلقة ويُطبق كذلك في الأماكن الخارجية.
- جعل ارتداء الكمامة جزءًا طبيعيًا من حياتك أثناء التواجد وسط أشخاص آخرين وتأكد من استخدامها بصورة صحيحة [باتباع هذه المبادئ التوجيهية](#).
- تجنب الذهاب إلى الأماكن المزدحمة، لاسيما الأماكن أو الغرف سيئة التهوية. إذا تعذر ذلك، فتأكد من ارتداء الكمامة وتطبيق قواعد التباعد الاجتماعي.
- اغسل يديك باستمرار بالماء والصابون أو أفرهما بمطهر كحولي (يُعتبر المطهر الذي يحتوى 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. ينبغي عدم تجنب زيارة العيادات/المراكز 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.

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 مقدم 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. وينبغي أن يُراعى هذا القرار - من بين عوامل أخرى - المعلومات التالية:

- 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 وحملة أعراض كوفيد-19
 - إصابة سابقة بفيروس كوفيد-19
 - توافر لقاح كوفيد-19 وإمكانية الوصول إليه

الدليل على تأثير العلاجات المعدلة للمرض على حدة إصابة كوفيد-19

من غير المحتمل أن يؤثر الإنترفيرون وأسيئات الغلاتيرامر تأثيراً سلبياً على شدة 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 الاديميثيل وتريفلونوميد وفينجوليمود وسيبونيمود وناتاليزوماب ليست لديهم أي مخاطر متزايدة للإصابة بأعراض أكثر حدة لمرض كوفيد-19. ومن غير المحتمل أيضاً أن تكون هناك مخاطر أكبر يمكن أن يتعرض لها المصابون بالتصلب العصبي المتعدد ممن يتناولون أوزانيمود، حيث يُفترض أنه مشابه لدواء سيونيمود وفينجوليمود.

هناك بعض الأدلة على أن العلاجات التي تستهدف CD20 - أوكريليزوماب وريتوكسيماب - قد تكون مرتبطة بزيادة حدة الإصابة بكوفيد-19، بما في ذلك زيادة مخاطر إدخال المرضى إلى المستشفى. ومع ذلك، لا يزال بالإمكان اعتبار هذه العلاجات كخيار يمكن استخدامه لعلاج التصلب العصبي المتعدد خلال انتشار الجائحة. يجب على الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد الذين يتناولون هذه الأدوية (أو الأوفاتوموماب والأوبلنيتوكسيماب 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. تقلل هذه العلاجات من تعداد الخلايا الليمفاوية (الخلايا الليمفاوية هي نوع من خلايا الدم البيضاء التي تساعد على حماية الجسم من العدوى)، ولذلك، قد يكون الأشخاص الذين تم علاجهم بهذه العلاجات أقل قدرة على مكافحة العدوى ويجب عليهم توخي الحذر الشديد لتجنب خطر الإصابة بعدوى كوفيد-19.

تختلف التوصيات من بلد لآخر بشأن تأخير الجرعات الثانية وما بعدها من أدوية اليمتوزوماب، وكلاذريبين، وأوكريليزوماب، وريتوكسيماب، بسبب تفشي كوفيد-19. وعلى الأشخاص الذين يتناولون هذه العلاجات ومن المقرر 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)

ينطوي استزراع خلايا جذعية ذاتية المنشأ مكونة للدم على علاج كيميائي مكثف. ويؤدي ذلك إلى حدوث ضعف حاد في جهاز المناعة لفترة من الوقت. وعلى الأشخاص الذين خضعوا مؤخرًا لعملية استزراع خلايا جذعية ذاتية المنشأ مكونة للدم، النظر في تمديد فترة بقائهم في العزل خلال فترة تفشي جائحة كوفيد-19 لمدة لا تقل عن ستة أشهر. أما الأشخاص الذين من المقرر 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، يجب 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 الانتكاس التي تحتاج إلى تدخل. هناك بعض الأدلة التي 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. لاحظ أنه بمجرد إصابة شخص ما بفيروس كوفيد-19، فمن الممكن استخدام الستيرويدات لعلاج هذا المرض، لتثبيط الاستجابة المناعية المفرطة التي يُشار إليها غالبًا باسم "عاصفة السايبتوكين". لاحظ أن الستيرويدات والجرعات المستخدمة في هذا السياق تختلف عن حالة انتكاس التصلب العصبي المتعدد.

يجب أن يستمر الأشخاص ذوو التصلب العصبي المتعدد في المشاركة في أنشطة إعادة التأهيل والبقاء نشطين لأطول فترة ممكنة أثناء تفشي الجائحة. يمكن مواصلة الجلسات عن بُعد كلما كان ذلك متاحًا أو في العيادات/المراكز طالما أن الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد الذين يحضرون إلى العيادات/المراكز يتبعون احتياطات السلامة لحماية أنفسهم وللحد من انتشار فيروس 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، تُوصي الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد بتلقي لقاح الإنفلونزا الموسمية كلما كان ذلك متاحًا.

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. لا توجد نصائح محددة للأطفال ذوي التصلب العصبي المتعدد، وعليهم اتباع النصائح الواردة أعلاه الخاصة بالأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد.

لقاحات كوفيد-19 والتصلب العصبي المتعدد

سنراجع في هذا القسم أنواع اللقاحات الحالية وناقش توقيت التطعيم وإدارة العلاج المعدل للمرض. نظرًا لخطورة كوفيد-19، التي تنطوي على الوفاة بنسبة 1-3٪ بالإضافة إلى خطر الإصابة بأمراض خطيرة واعتلال الصحة لفترات طويلة - نود التأكيد على هذه النقاط الرئيسية:

- يجب تطعيم جميع الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد بلقاح كوفيد-19¹
- يجب تطعيم الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد بمجرد أن يتوفر لهم اللقاح
- حتى بعد حصولك على اللقاح، من المهم الاستمرار في اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب الإصابة بكوفيد-19، مثل ارتداء الكمامة والتباعد الاجتماعي وغسل اليدين، لأنه قد تُستجد أنواع متغيرة من الفيروس لا توفر اللقاحات الحالية الحماية منها.

هناك العديد من لقاحات كوفيد-19 المستخدمة في بلدان مختلفة حول العالم، وكذلك لقاحات جديدة يتم اعتمادها بانتظام. وبدلاً من تقييم كل لقاح على حدة، فقد أوردنا المعلومات أدناه حول الأنواع الرئيسية للقاحات كوفيد-19 المستخدمة والموجودة قيد التطوير. تستند هذه الإرشادات إلى المعلومات المتاحة وسنقوم بتحديثها فور توافر بيانات جديدة.

لا نعرف عدد الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد الذي شاركوا في التجارب السريرية للقاح كوفيد-19، لذا لا يتوفر لدينا حتى الآن بيانات عن سلامة وفعالية لقاحات كوفيد-19 المخصصة للأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد. ومن ثم، فإن توجيهاتنا تستند إلى بيانات تم جمعها من الفئة العامة من الخاضعين للتجارب السريرية للقاح، ومن خبرتنا السابقة فيما يتعلق بحصول الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد على اللقاح.

تعمل اللقاحات باستخدام جزء من الفيروس المسبب للمرض (مثل الشفرة الجينية أو "بروتين سبايك")، أو نسخة غير نشطة أو مضعفة من الفيروس، لتحفيز استجابة جهاز المناعة البشري. وهذا بدوره يُحفّر الجسم على إنتاج الأجسام المضادة والخلايا التائية (مجموعة خاصة من خلايا الدم البيضاء) لمحاربة الفيروس ومنعه من دخول الجسم وإصابة الخلايا الأخرى. ولا تؤدي هذه اللقاحات إلى أي تغيير جيني في أجسامنا، ولا تدخل إلى الدماغ أو تغير الشفرة الجينية للجينين. يوجد حاليًا خمسة أنواع مختلفة من لقاح كوفيد-19 قيد الاستخدام أو قيد التطوير تعمل بطرق مختلفة (مع بعض الأمثلة أدناه). يمكن متابعة الأخبار المتعلقة بلقاح كوفيد-19 من خلال هذا الرابط المفيد: <https://covid19.trackvaccines.org>

1. تحتوي لقاحات mRNA على الشفرة الجينية لبروتين سبايك المصنوع على شكل "mRNA" (نوع من الرسائل الجينية المؤقتة)، والتي تتم صياغتها في قطرات دهنية صغيرة لتلقي اللقاح. يوجه mRNA الجسم إلى إنتاج بروتين سبايك، الذي يراه الجهاز المناعي ويستهدفه (الذي بدوره يصنع الأجسام المضادة والخلايا التائية).

• فايزر/ بيونتك (كوميرناتي)

• شركة مودرنا (لقاح mRNA الذي تنتجه شركة مودرنا)

2. لقاحات ناقلات الفيروس غير المتكاثرة يوجد بها الشفرة الجينية لبروتين سبايك في ناقل فيروسي. من الأفضل فهم هذه النواقل على أنها مجرد غلاف وآلية توصيل للفيروس (عادةً من فيروس غدي)، لكنها تفتقر إلى الأجزاء التي يحتاجها الفيروس لتكاثرها وبالتالي لا يمكنها أبدًا التسبب في حدوث عدوى. على غرار لقاحات mRNA، توجه لقاحات الناقلات الفيروسية الجسم لإنتاج بروتين سبايك بحيث يمكن رؤيته واستهدافه بواسطة جهاز المناعة.

• أسترازينيكا/ أكسفورد (كوفيشيلد)

• مركز أبحاث غاماليا (Gam-COVID-Vac أو Sputnik V)

3. تستخدم لقاحات الفيروس غير النشط شكلاً غير نشط من فيروس كورونا بجميع مكوناته. تم "قتل" فيروس كورونا حتى لا يتمكن من الدخول إلى الخلايا والتكاثر، ولا يمكنه أن يتسبب في الإصابة بعدوى كوفيد-19. يتعرف الجهاز المناعي على الفيروس بأكمله، حتى لو كان غير نشط.

¹ شريطة ألا يكون لديهم أي حساسية معروفة تجاه أي من مكونات اللقاحات.

- شركة سينوفاك (لقاح كورونا فاك)

4. تحتوي لقاحات البروتين على بروتين سبايك لفيروس كورونا ذاته (وليس الشفرة الجينية)، إلى جانب شيء يعزز جهاز المناعة ("مساعد") لضمان استهداف بروتين سبايك.

- شركة نوفافاكس (NVX-CoV2373)

5. تستخدم اللقاحات الحية المضعفة فيروسًا ضعيفًا ولكنه ما يزال ينكاثر. تعمل هذه اللقاحات عن طريق التسبب في عدوى خفيفة لدى الأشخاص الذين لديهم وظائف مناعية منتظمة. يمكن أن تكون هذه اللقاحات خطيرة على شخص يعاني من ضعف في جهاز المناعة، لذا فهي غير مناسبة للعديد من الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد، بسبب طريقة عمل بعض العلاجات المعدلة للأمراض.

- في الوقت الحالي (مارس 2021)، لا توجد لقاحات حية مضعفة لكوفيد-19 قيد الاستخدام - بل جاري إجراء البحوث عليها فقط.

تشير الإرشادات التالية إلى لقاحات mRNA أو الناقل الفيروسي غير المتكاثر، أو الفيروس غير النشط أو لقاحات البروتين لكوفيد-19 (الأنواع من 1 إلى 4 المذكورة أعلاه).

يجب على الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد الحصول على لقاح كوفيد-19. أظهر العلم لنا أن لقاحات كوفيد-19 آمنة وفعالة. وكما هو الحال مع القرارات الطبية الأخرى، فمن الأفضل اتخاذ قرار الحصول على اللقاح بالتشاور مع أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك. ينبغي أن تحصل على لقاح كوفيد-19 بمجرد توفره. وذلك لأن مخاطر مرض كوفيد-19 تفوق أي مخاطر محتملة من اللقاح. بالإضافة إلى ذلك، يجب على أفراد نفس الأسرة والمخالطين المقربين الحصول على اللقاح في أسرع وقت ممكن لتعظيم فرص تجنب الإصابة بكوفيد-19.

تتطلب معظم لقاحات كوفيد-19 جرعتين، وفي هذه الحالة، تحتاج إلى اتباع إرشادات بلدك بخصوص توقيت الجرعة الثانية. بعد التطعيم الكامل (تلقي كلا الجرعتين)، قد يستغرق التطعيم أسبوعين على الأقل لتحقيق تأثيره بالكامل.

إذا كنت قد أصبت بكوفيد-19 وتعافيت منه، فينبغي عليك أيضًا الحصول على اللقاح، لأنه لا يبدو أن العدوى السابقة تحمي من الإصابة المستقبلية بكوفيد-19 إلى أجل غير مسمى. من الممارسات المعتادة الانتظار حتى تتعافى من أي مرض قبل تلقي اللقاح. لكنه لا يزال يتعين عليك تلقي اللقاح في أسرع وقت ممكن بعد الشفاء، واتباع الإرشادات الحكومية في بلدك.

لا نعرف مدة حماية الشخص من كوفيد-19 بعد تلقي اللقاح على الرغم من أن بيانات التجارب السريرية تشير إلى أن اللقاح يوفر حماية عالية لعدة أشهر على الأقل. وقد تكون هناك حاجة لتلقي جرعات متكررة من لقاحات كوفيد-19 في المستقبل، على غرار لقاح الإنفلونزا.

حتى بعد حصولك على اللقاح، من المهم الاستمرار في اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب الإصابة بكوفيد-19، مثل ارتداء الكمامة والتباعد الاجتماعي وغسل اليدين واتباع أي قواعد محلية بخصوص إجراء اختبار كوفيد-19 عند الضرورة.

لا يوجد دليل على أن الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد معرضون بشكل أكبر لخطر حدوث مضاعفات من لقاحات mRNA أو الناقل الفيروسي غير المتكاثر أو الفيروس غير النشط أو بروتين كوفيد-19 (الأنواع من 1 إلى 4) مقارنةً بعامّة السكان.

لا تحتوي لقاحات mRNA أو الناقل الفيروسي غير المتكاثر أو الفيروس غير النشط أو بروتين كوفيد-19 على فيروسات حية ولن تسبب الإصابة بكوفيد-19. من غير المحتمل أن تؤدي هذه اللقاحات إلى انتكاس الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد أو تفاقم أعراض التصلب العصبي المتعدد المزمنة.

ومع ذلك، يجب على الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد تجنب تلقي اللقاحات الحية المضعفة (5). بالنظر إلى أنه قد يتم تطوير لقاحات كوفيد-19 في المستقبل باستخدام هذه التكنولوجيا، فمن المهم معرفة لقاح كوفيد-19 الذي يتم تقديمه لك.

لا داعي للخضوع إلى العزل الذاتي بعد تلقي اللقاح. يمكن أن تسبب اللقاحات آثارًا جانبية، بما في ذلك الحمى أو التعب، والتي لا تستمر أكثر من بضعة أيام بعد تلقي اللقاح. وقد تتسبب الحمى في تفاقم أعراض التصلب العصبي المتعدد بصورة مؤقتة، ولكن بعد زوال الحمى، ستعود إلى المستويات السابقة. حتى إذا عانيت من آثار جانبية من الجرعة الأولى، فمن المهم أن تحصل على الجرعة الثانية من اللقاح (للقاحات التي تتطلب جرعتين) حتى تكون فعالة تمامًا. وتعتبر الآثار الجانبية، مثل الحمى وآلام العضلات والتعب علامة على أن اللقاح يؤدي وظيفته (فهو يجعل جسمك يحارب الفيروس، وبالتالي يبدأ في حمايتك).

يمكن إعطاء لقاحات كوفيد-19 للأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد الذين يعالجون بأدوية التصلب العصبي المتعدد استمر في تناول العلاج المعدل للمرض (DMT) ما لم ينصحك أخصائي الرعاية الصحية للتصلب العصبي المتعدد بإيقافه أو تأخيرها. يمكن أن يؤدي إيقاف بعض العلاجات المعدلة للمرض فجأة إلى تفاقم شديد في التصلب العصبي المتعدد.

- من الآمن تلقي لقاح كوفيد-19 تزامنًا مع علاجات التصلب العصبي المتعدد (العلاجات المعدلة للمرض)
- لا يعتبر تأخير بدء العلاجات المعدلة للمرض أو تغيير توقيتها مشكلة تتعلق بالسلامة - بل تعتبر استراتيجية للسماح للقاح بأن يكون فعالاً بالكامل

قد تجعل بعض العلاجات المعدلة للمرض اللقاح أقل فعالية لأنها قد تقلل من قدرتك على تكوين استجابة مناعية. ومع ذلك، ستكون قادرًا على الاستجابة للقاح إلى حد ما، وسيظل خطر الإصابة بمضاعفات أقل لكوفيد-19 بعد تلقي اللقاح. نظرًا للعواقب الصحية الخطيرة المحتملة لكوفيد-19، فإن الحصول على اللقاح عند توفره قد يكون أكثر أهمية من تحديد التوقيت الأمثل للقاح مع العلاجات المعدلة للمرض الخاصة بك.

فيما إذا كنت قادرًا على تخطيط متى يمكنك تلقي اللقاح، يرجى مناقشة الأمر مع أخصائي الرعاية الصحية للتصلب العصبي المتعدد، وما إذا كنت ستسوق توقيت اللقاح مع توقيت جرعة العلاجات المعدلة للمرض الخاصة بك - إذا كنت تستخدم العلاجات المعدلة للمرض، وحسب ظروف الحالة (انظر أدناه). سيساعد ذلك في ضمان استمرار فعالية اللقاح في إنتاج الأجسام المضادة لفيروس كورونا.

يجب أن يتضمن قرار موعد الحصول على لقاح كوفيد-19 تقييمًا لخطر الإصابة بكوفيد-19، (ارجع إلى القائمة بالقرب من بداية النصائح الخاصة بالمجموعات الأكثر تعرضًا للخطر)، والحالة الراهنة للتصلب العصبي المتعدد. ناقش الأمر مع أخصائي الرعاية الصحية للتصلب العصبي المتعدد لتحديد أفضل جدول زمني لك. إذا كان خطر تفاقم التصلب العصبي المتعدد لديك يفوق خطر الإصابة بكوفيد-19، فلا تغير جدول علاجاتك المعدلة للمرض واحصل على اللقاح عندما يكون متاحًا لك. إذا كانت حالة التصلب العصبي المتعدد لديك مستقرة، فكر في التعديلات التالية في إدارة العلاجات المعدلة للمرض لتعزيز فعالية اللقاح:

إنترفيرون، أسيتات جلاتيرامر، تريفلونوميد، مونوميثيل فومارات، ثنائي ميثيل فومارات، دبروكسيميل فومارات، ناتاليزوماب - إذا كنت على وشك بدء أحد هذه العلاجات المعدلة للمرض لأول مرة، فلا تؤخر البدء في تلقي لقاح كوفيد-19. إذا كنت تتناول بالفعل أحد أدوية العلاجات المعدلة للمرض، فلا داعي لإجراء تعديلات على إدارة العلاجات المعدلة للمرض الخاصة بك.

فينجوليمود، سيونيمود، أوزانيمود - إذا كنت على وشك البدء في استخدام عقار فينجوليمود أو سيونيمود أو أوزانيمود، حاول الحصول على لقاح كوفيد-19 بحيث يتم إجراء الحقن الثاني للقاح قبل أسبوعين إلى أربعة أسابيع من بدء استخدام عقار فينجوليمود أو سيونيمود أو أوزانيمود. إذا كنت تتناول عقار فينجوليمود أو سيونيمود أو أوزانيمود بالفعل، فاستمر في تناوله على النحو الموصوف وتلقى التطعيم بمجرد أن يتوفر لك اللقاح.

اليمتوزوماب، كلادريبين - إذا كنت على وشك البدء في استخدام عقار اليمتوزوماب، كلادريبين، حاول الحصول على لقاح كوفيد-19 بحيث يتم إجراء الحقن الثاني للقاح قبل أربعة أسابيع على الأقل من بدء استخدام عقار اليمتوزوماب أو كلادريبين. إذا كنت تتناول بالفعل عقار اليمتوزوماب أو كلادريبين، حاول بدء حقن اللقاح بعد 12 أسبوعًا على الأقل من آخر جرعة من عقار اليمتوزوماب أو كلادريبين. إذا أمكن ذلك، استأنف عقار اليمتوزوماب أو كلادريبين بعد أربعة أسابيع على الأقل من الحقن الثاني للقاح. **قد يتغير تطبيق هذا الجدول الزمني المقترح في بعض الأحيان، وقد يكون الحصول على اللقاح عندما يصبح متاحًا أكثر أهمية من توقيت اللقاح مع العلاجات المعدلة للمرض الخاصة بك. ناقش الأمر مع أخصائي الرعاية الصحية للتصلب العصبي المتعدد لتحديد أفضل جدول زمني لك.**

أوكريليزوماب، ريتوكسيماب - إذا كنت على وشك البدء في استخدام عقار أوكريليزوماب أو ريتوكسيماب، حاول الحصول على لقاح كوفيد-19 بحيث يتم إجراء الحقن الثاني للقاح قبل 4 أسابيع من بدء استخدام عقار أوكريليزوماب أو ريتوكسيماب. إذا كنت تتناول بالفعل عقار أوكريليزوماب أو ريتوكسيماب، حاول بدء حقن اللقاح بعد 12 أسبوعًا على الأقل من تلقيك آخر جرعة من العقار المعدل للمرض. إذا أمكن ذلك، استأنف استخدام عقار أوكريليزوماب أو ريتوكسيماب بعد أربعة أسابيع على الأقل من الحقن الثاني للقاح. **قد يتغير تطبيق هذا الجدول الزمني المقترح في بعض الأحيان، وقد يكون الحصول على اللقاح عندما يصبح متاحًا أكثر أهمية من توقيت اللقاح مع العلاجات المعدلة للمرض الخاصة بك. ناقش الأمر مع أخصائي الرعاية الصحية للتصلب العصبي المتعدد لتحديد أفضل جدول زمني لك.**

أوفاتوموماب - إذا كنت على وشك البدء في استخدام هذا العلاج المعدل للمرض، حاول الحصول على لقاح كوفيد-19 بحيث يتم إجراء الحقن الثاني للقاح قبل أسبوعين من بدء استخدام هذا العلاج المعدل للمرض. إذا كنت تتناول بالفعل عقار أوفاتوموماب، حاول بدء حقن اللقاح بعد 4 أسابيع على الأقل من تلقيك آخر جرعة من عقار أوفاتوموماب. إذا أمكن ذلك، استأنف حقن أوفاتوموماب بعد أربعة أسابيع على الأقل من الحقن الثاني للقاح. **قد يتعثر تطبيق هذا الجدول الزمني المقترح في بعض الأحيان، وقد يكون الحصول على اللقاح عندما يصبح متاحًا أكثر أهمية من توقيت اللقاح مع العلاجات المعدلة للمرض الخاصة بك. ناقش الأمر مع أخصائي الرعاية الصحية للتصلب العصبي المتعدد لتحديد أفضل جدول زمني لك.**

الاستيرويدات بجرعات عالية - احرص على الحصول على حقن اللقاح بعد ثلاثة إلى خمسة أيام من آخر جرعة من الاستيرويدات.

يتحمل جميعنا وبشكل شخصي مسؤولية الحد من انتشار الجائحة والقضاء على الفيروس في أسرع وقت ممكن. تجعلنا تصاريح اللقاحات الآمنة والفعالة لكوفيد-19 خطوة نحو القضاء على هذا الفيروس. في المناطق التي يوجد بها انتشار محلي مستمر لفيروس كوفيد-19، يجب عليك، إضافة إلى حصولك على اللقاح، الرجوع إلى التوجيهات المحلية في منطقتك حول استراتيجيات الحد من انتقال العدوى، التي من المرجح أن تتضمن ارتداء الكمامة، والتباعد الاجتماعي وغسل اليدين.

جرى الاتفاق على هذا البيان لأول مرة في 13 مارس 2020. تمت الموافقة على المراجعات الأخيرة ونشرها في 5 مارس 2021.

لقد استشرنا الأفراد التالية أسماؤهم في كتابة هذه النصائح. تم إعداد التوجيهات الخاصة بلقاحات كوفيد-19 بالاشتراك مع [مجموعة عمل الجمعية الوطنية للتصلب العصبي المتعدد](#).

*أطباء الأعصاب والأخصائيين العلميين المعنيين بالتصلب العصبي المتعدد

- البروفيسور ألفريدو رودريغز أنتيغيداد - بجامعة إقليم الباسك (Universidad del País Vasco)، إسبانيا
البروفيسور بريندا بانويل، رئيس المجلس الاستشاري الطبي والعلمي الدولي (IMSB) التابع للاتحاد الدولي للتصلب العصبي المتعدد - جامعة بنسلفانيا، الولايات المتحدة الأمريكية
البروفيسور أميت بار-أور - 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
البروفيسور ماريا بيا أماتو، رئيس اللجنة الأوروبية للعلاج والبحث في التصلب المتعدد - جامعة فلورنسا، إيطاليا
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
البروفيسور خورخي كوريالي، نائب رئيس IMSB التابع للاتحاد الدولي للتصلب العصبي المتعدد - مؤسسة مكافحة أمراض الأطفال العصبية، الأرجنتين
البروفيسور جيانكارلو كومي - المعهد العلمي للأبحاث والاستشفاء والرعاية الصحية، مستشفى سان رافائيل، إيطاليا
الدكتور هوانغ ديهوي - المستشفى العام لجيش التحرير الشعبي الصيني، الصين
فانيسا فانينغ - أستراليا
البروفيسور كازوو فوجيهارا، رئيس اللجنة الآسيوية لعلاج وأبحاث التصلب العصبي المتعدد - كلية الطب في جامعة فوكوشيما الطبية، اليابان
البروفيسور جافين جيوفانوني، مدرسة بارتس ولندن للطب وطب الأسنان، جامعة كوين ماري في لندن، المملكة المتحدة
البروفيسور فرناندو هاموي دياز دي بيدويا، رئيس لجنة أمريكا اللاتينية للعلاج والبحث في التصلب العصبي المتعدد - جامعة أسونسيون الوطنية، باراغواي
البروفيسور برنارد هيمر - جامعة ميونخ التقنية (Technische Universität München)، ألمانيا
البروفيسور جويب كيلستين، المركز الطبي الجامعي في أمستردام، هولندا
البروفيسور باربرا كورنيك - جامعة الطب في فيينا، النمسا
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 لوبتزي - معهد الدماغ والحبل الشوكي (ICM)، فرنسا

البروفيسور آرون ميلر، رئيس اللجنة الاستشارية الطبية الوطنية، الجمعية الوطنية للتصلب العصبي المتعدد بالولايات المتحدة - مدرسة إيكمان للطب في ماونت سايناي، الولايات المتحدة الأمريكية

آن ريستان - أيرلندا

البروفيسور محمد علي سهريان - مركز أبحاث التصلب العصبي المتعدد، معهد العلوم العصبية، جامعة طهران للعلوم الطبية، إيران

البروفيسور ماركو سالفيتي - جامعة ساابينزا، إيطاليا

البروفيسور نانسي سيكوت - مركز سيدارز سايناي الطبي، الولايات المتحدة الأمريكية

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

آنا تورديمر - أسبانيا

البروفيسور ديفيد تشارك - الجامعة الوطنية الأسترالية، أستراليا

البروفيسور باسم يموت، رئيس لجنة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا لعلاج وأبحاث التصلب العصبي المتعدد، المركز الطبي للجامعة الأميركية في بيروت، لبنان

بيروت، لبنان

البروفيسور فراوك زيب - المركز الطبي لجامعة يوهانس جوتنبرغ في ماينز، ألمانيا

**الاتحاد الدولي للتصلب العصبي المتعدد والمنظمات الأعضاء فيه

الدكتورة آن هيلمي، نيك ريجكي، فيكتوريا جيلبرت، 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 - 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)

مع جزيل الشكر للدكتور/ كلير والتون وكاتلين كوستيلو لمساهمتهما في الإصدارات السابقة من هذا التوجيه.

*** المبادئ التوجيهية الوطنية والدولية بشأن التباعد البدني تتراوح على الأقل بين متر واحد ومترين. يجب أن يأخذ الأشخاص المبادئ التوجيهية

الوطنية بعين الاعتبار وأن يدركوا أن هذا هو الحد الأدنى لمسافات التباعد، وكلما زاد طولها يكون الأمر أفضل.