

NMOSD und die COVID-19-Pandemie

Liebe Freunde,

30. März 2020

Wir hoffen, dass es allen gut geht, und Sie die Herausforderungen der COVID-19-Pandemie bewältigen können. Da sich die Informationen täglich ändern, wenden wir uns an die NMOSD-Community, um Sie angesichts der vielen Fragen, die sich Ihnen womöglich stellen, zu unterstützen. Obwohl unsere Stiftung keine Richtlinien oder Empfehlungen für die klinische Versorgung bereitstellt, hoffen wir, dass die folgenden 10 Fragen und Antworten allen NMOSD-Patienten helfen, zusammen mit Ihren Ärzten fundierte Entscheidungen zu treffen.

1. **Was ist der Unterschied zwischen SARS-CoV-2 und COVID-19 ?** SARS-CoV-2 ist der Name des Corona-Virus-Stammes, der die aktuelle Pandemie verursacht. COVID-19 ist der Name der durch dieses Virus verursachten Krankheit. Das Akronym COVID-19 leitet sich ab von: CO = Corona + VI = Virus + D = Disease + 19 = im Jahr 2019 aufgetreten.
2. **Erhöht die NMOSD mein Risiko, mich mit SARS-CoV-2 anzustecken ?** Derzeit gibt es keine Hinweise darauf, dass die NMOSD selbst das Risiko erhöht, sich anzustecken. Die wichtigste Maßnahme, um sich nicht anzustecken, ist es, sich dem Virus nicht auszusetzen (siehe unten).
3. **Würde COVID-19 mein Risiko für einen NMOSD-Rückfall erhöhen ?** Obwohl es keinen Beweis dafür gibt, dass eine Infektion mit SARS-CoV2 Rückfälle bei NMOSD verursacht, deuten einige Daten darauf hin, dass entzündliche Ereignisse wie eine Infektion das Risiko eines Rückfalls erhöhen könnten. Beachten Sie die Empfehlungen zur Vermeidung von Infektionen, um dieses Risiko zu minimieren (siehe unten).
4. **Würde COVID-19 mein Risiko einer Sekundärinfektion erhöhen ?** Bei einigen Virusinfektionen wie Influenza treten bei bis zu 65% der Personen Sekundärinfektionen auf, die durch Bakterien oder Pilze verursacht werden. Diese Risiken können bei Patienten unter immunsuppressiver Therapie größer sein. Es gibt umgekehrt bislang auch keinen Beleg dafür, dass das Risiko für Sekundärinfektion bei COVID-19 niedriger ist als bei anderen Virusinfektionen.
5. **Sollte ich die NMOSD-Therapie während der COVID-19-Pandemie fortsetzen ?** Die [US-amerikanischen Zentren für die Kontrolle und Prävention von Krankheiten](#) (CDC) und das [American College of Rheumatology](#) (ACR) haben diesbezüglich eine Stellungnahme veröffentlicht. Diese Organisationen ermutigen Patienten, mit ihren Ärzten über den besten Behandlungsplan zu entscheiden und alle Faktoren abzuwägen. Im Allgemeinen legen CDC und ACR nahe, dass es bislang keine Beweise dafür gibt, dass Patienten ihr normales Behandlungsschema und ihren normalen Behandlungsplan ändern müssen. Das Absetzen der Behandlung kann das Risiko für neue NMOSD-Schübe erhöhen und eine klinische Behandlung in Umgebungen erforderlich machen, die das Risiko einer Exposition gegenüber dem SARS-CoV-2-Virus oder anderen Infektionserregern erhöhen können. Bitte beachten Sie, dass sich die CDC- oder ACR-Richtlinien ändern können. Wenden Sie sich bei besonderen Bedenken an Ihren NMOSD-Neurologen.
6. **Was soll ich tun, wenn ich Symptome einer Infektion habe ?** Wenn Sie anhaltendes Fieber, Husten, Halsschmerzen, laufende Nase, geschwollene Lymphknoten, Augenrötung oder andere Symptome einer Atemwegsinfektion oder einer anderen Infektion oder rasch auftretende Geruchs- und/oder Geschmacksstörungen bemerken, wenden Sie sich bitte sofort an Ihren NMOSD-Neurologen. Möglicherweise werden Sie durch Ihren Arzt auch auf andere Infektionen der Atemwege (z. B. Influenza) getestet, die in einem frühen Stadium behandelt werden können. Bei jeder Infektion führen eine frühe Erkennung und Behandlung zu den besten Ergebnissen.

7. **Was soll ich tun, wenn bei mir Symptome eines NMOSD-Schubes auftreten ?** Wenn bei Ihnen Anzeichen oder Symptome eines NMOSD-Rückfalls auftreten (z. B. Sehstörungen, Taubheit oder Schwäche der Gliedmaßen, Funktionsstörungen des Darms oder der Blase usw.), wenden Sie sich bitte sofort an Ihren NMOSD-Neurologen. Eine frühzeitige und genaue Diagnose von echten Rückfällen ermöglicht die beste Behandlung.
8. **Was kann ich tun, um gesund zu bleiben und mit COVID-19 fertig zu werden ?**
- ☑ ***Sicherer Lebensstil:*** Strenge Hygiene, soziale Distanzierung, Einhaltung von Abstandsregeln und die Einhaltung aller anderen von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung vorgeschlagenen Maßnahmen, helfen Ihnen, das Infektionsrisiko zu minimieren.
 - ☑ ***Gesunde Ernährung:*** Ernähren Sie sich gesund, waschen Sie Obst und Gemüse gründlich und vermeiden Sie rohes Fleisch und rohe Eier Eat a nutritious diet, wash fruits and vegetables and avoid any raw meats or eggs.
 - ☑ ***Erholsamer Schlaf:*** Der erholsame Schlaf tritt spät während des Schlafzyklus auf, der 6 oder mehr Stunden dauert.
 - ☑ ***Hören Sie mit dem Rauchen auf:*** Infektionen der Atemwege sind bei Patienten mit Lungenerkrankungen häufiger und nehmen einen schwereren Verlauf. Hören Sie im Interesse Ihrer Gesundheit und jener der anderen auf zu rauchen.
 - ☑ ***Bleiben Sie belastbar:*** Veränderungen sind durch COVID-19 zu einem Teil unseres Alltags geworden. Anpassungen an die neuen Erfordernisse sind notwendig.
 - ☑ ***Bleiben Sie positiv:*** Die COVID-19-Pandemie wird vorübergehen. Bis dahin sind Optimismus und Geduld gefordert.
9. **Wo kann ich mehr erfahren über NMOSD und über Möglichkeiten, meine Lebensqualität zu verbessern ?** Die [GJCF website](#) bietet Patienten, Betreuern, Familien und Gesundheitsdienstleistern zahlreiche Informationen, die Ihnen bei der Auswahl von Maßnahmen zur Verbesserung Ihrer Lebensqualität helfen können.
10. **Bietet die GJCF Empfehlungen für die Gesundheitsversorgung an ?** Die Stiftung bietet keine klinischen oder gesundheitlichen Empfehlungen an. Wir hoffen, dass dieses FAQ-Blatt Ihnen und Ihrem Arzt hilft, die besten Gesundheitspraktiken für Sie zu bestimmen.