

Allgemeine COVID-19-Empfehlungen für Menschen mit MS

COVID-19 ist eine neue Erkrankung, die Ihre Lungen, Atemwege und anderen Organe betreffen kann. Sie wird von einem neuartigen Coronavirus (SARS-CoV-2 genannt), das sich weltweit ausgebreitet hat, verursacht.

Die nachfolgenden Empfehlungen wurden von MS-Spezialisten* und Forschungsexperten entwickelt. Die basieren auf den zunehmenden Belegen dafür, wie COVID-19 Menschen mit Multipler Sklerose (MS) beeinträchtigt, und Meinungen von Fachleuten. Diese Empfehlungen werden überarbeitet und aktualisiert, sobald neue Erkenntnisse über COVID-19 und SARS-CoV-2 vorliegen.

Informationen zu mRNA-Impfstoffen gegen COVID-19 (Pfizer-BioNTech und Moderna) und MS finden Sie auf Seite 4.

Empfehlungen für Menschen mit MS

Neueste Belege zeigen, dass allein die Tatsache, MS zu haben, Sie nicht anfälliger dafür macht, an COVID-19 zu erkranken oder einen schweren Verlauf zu erleiden oder an der Infektion zu sterben als dies bei Rest der Bevölkerung der Fall ist. Die folgenden Personengruppen mit MS sind anfälliger für einen schweren Krankheitsverlauf bei COVID-19:

- Menschen mit fortschreitender MS
- Menschen mit MS, die über 60 Jahre
- Männer mit MS
- Farbige Menschen mit MS und möglicherweise südasiatische Menschen mit MS
- Menschen mit einem höheren Grad an Behinderung (zum Beispiel [ein EDSS-Grad](#) von 6 oder höher, der bedeutet, dass ein Gehstock benötigt wird)
- Menschen mit und Übergewicht, Diabetes oder Herz- oder Lungenerkrankungen
- Menschen, bei denen krankheitsverändernde MS-Therapien angewandt werden (siehe unten)

Allen Menschen mit MS wird empfohlen, die Richtlinien der [Weltgesundheitsorganisation](#) zu befolgen, um das Risiko einer Infektion mit COVID-19 zu senken. Menschen, die zu der Gruppe mit erhöhtem Risiko angehören, sollten diese Maßnahmen besonders beachten. Wir empfehlen:

- Eine räumliche Distanzierung, indem Sie mindestens 1,5 Meter*** Abstand zwischen sich und anderen einhalten, um Ihr Infektionsrisiko, wenn sie husten, niesen oder sprechen, zu senken. Dies ist insbesondere in Innenräumen wichtig, gilt jedoch auch wenn Sie draußen sind.
- Machen Sie das Tragen einer Maske zu einem selbstverständlichen Teil Ihres Lebens, wenn Sie mit anderen Menschen zusammen sind und stellen Sie sicher, dass Sie sie korrekt verwenden, indem Sie Anweisungen befolgen.
- Vermeiden Sie es, überfüllte Orte aufzusuchen, insbesondere in Innenräumen. Wenn dies nicht möglich ist, stellen Sie sicher, dass Sie eine Maske tragen und sich räumlich distanzieren.
- Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig mit Seife und Wasser oder einem Händedesinfektionsmittel (70 % Alkoholgehalt gilt als am wirkungsvollsten).
- Vermeiden Sie es, Ihre Augen, Nase und Ihren Mund zu berühren, außer wenn Ihre Hände sauber sind.
- Wenn Sie husten oder niesen, bedecken Sie Ihren Mund und Ihre Nase mit gebeugtem Ellenbogen oder einem Tuch.

- Reinigen und desinfizieren Sie Oberflächen regelmäßig, insbesondere diejenigen, die regelmäßig berührt werden.
- Sprechen Sie mit Ihrem medizinischen Betreuer über die optimalen Behandlungspläne per Video-Konsultationen oder persönliche Konsultationen, falls erforderlich. Besuche in Kliniken/Zentren und Krankenhäusern sollten nicht vermieden werden, wenn Sie aufgrund Ihrer derzeitigen gesundheitlichen Bedürfnisse empfohlen sind.
- Bleiben Sie aktiv und versuchen Sie, an Aktivitäten, die Ihre seelische Gesundheit und Ihr Wohlbefinden verbessern. Sport und soziale Aktivitäten, die draußen und mit sozialer Distanzierung stattfinden können, werden angeraten.
- Lassen Sie sich gegen die saisonale Grippe impfen, wenn dies möglich ist und ermutigen Sie Ihre Familie dies auch zu tun.

Betreuer und Familienmitglieder, die mit einer Person mit MS, die einer höheren Risikogruppe angehören, leben oder diese regelmäßig besuchen, sollten diese Empfehlungen ebenfalls befolgen, um das Risiko eine COVID-19-Infektion in deren Zuhause zu bringen, zu mindern.

Empfehlungen bezüglich krankheitsverändernden MS-Therapien

Viele krankheitsverändernde Therapien (DMTs) für MS basieren auf der Unterdrückung oder Veränderung des Immunsystems. Einige MS-Medikamente können möglicherweise die Wahrscheinlichkeit für Komplikationen bei COVID-19 erhöhen, dieses Risiko muss jedoch gegen die Risiken beim Stoppen oder Verzögern der Behandlung abgewogen werden.

Wir empfehlen, dass Menschen mit MS, die derzeit DMTs einnehmen, ihre Behandlung fortsetzen, sofern ihr behandelnder Arzt ihnen nicht geraten hat, die Behandlung zu stoppen.

Menschen, die COVID-19-Symptome entwickeln oder positiv auf die Infektion getestet werden, sollten ihre MS-Therapien mit ihrem MS-Betreuer oder einer anderen medizinischen Fachperson, die mit ihrer Betreuung vertraut ist.

Bevor sie eine neue DMT beginnen oder eine bestehende DMT ändern, sollten Menschen mit MS mit ihrem medizinischen Betreuer besprechen, welche Therapie die beste Wahl für ihre individuellen Umstände ist. Bei dieser Entscheidung sollten die folgenden Informationen berücksichtigt werden:

- MS-Krankheitsverlauf und Aktivität
- Die Risiken und Vorteile, die normalerweise mit verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten verbunden sind
- Zusätzliche Risiken in Verbindung mit COVID-19, wie zum Beispiel:
 - Das Vorhandensein von anderen Faktoren für einen schweren Krankheitsverlauf von COVID-19, wie zum Beispiel höheres Alter, Übergewicht, bestehende Lungen- oder kardiovaskuläre Erkrankungen, fortschreitende MS, Rasse/ethnische Zugehörigkeit mit erhöhtem Risiko etc., wie vorstehend aufgeführt
 - Das derzeitige und zu erwartende zukünftige COVID-19-Risiko in der näheren Umgebung
 - Risiko, COVID-19 aufgrund des Lebensstils ausgesetzt zu sein, zum Beispiel, ob sie in der Lage sind, sich selbst zu isolieren oder in einer Hochrisiko-Umgebung arbeiten
 - Aufkommende Belege für die mögliche Wechselwirkung zwischen einigen Behandlungen und dem Schweregrad von COVID-19
 - Vorherige Infektion mit COVID-19
 - Verfügbarkeit und Zugang zu einer COVID-19-Impfung

Belege für die Auswirkungen von DMTs auf den Schweregrad von COVID-19

Es ist unwahrscheinlich, dass Interferone oder Glatirameracetat negative Auswirkungen auf den Schweregrad von COVID-19 haben. Vorläufige Ergebnisse zeigen, dass Interferone die Notwendigkeit eines Krankenhausaufenthalts aufgrund von COVID-19 möglicherweise mindert.

Die verfügbaren Belege deuten darauf hin, dass Menschen mit MS, die Fumarate, Teriflunomid, Fingolimod, Siponimod und Natalizumab einnehmen, kein erhöhtes Risiko haben, einen schwereren Krankheitsverlauf zu haben. Es ist auch unwahrscheinlich, dass Menschen mit MS, die Ozanimod einnehmen, ein größeres Risiko haben, da davon ausgegangen wird, dass es Sponimod und Fingolimod ähnlich ist.

Es gibt Hinweise darauf, dass es bei Therapien, die auf CD20 abzielen – Ocrelizumab und Rituximab – einen Zusammenhang mit der Wahrscheinlichkeit, einen schweren Verlauf von COVID-19 zu erleiden, gibt. Diese Therapien sollten jedoch immer als eine Möglichkeit für die Behandlung von MS betrachtet werden. Menschen mit MS, die diese einnehmen (oder Ofatumumab und Ublituximab, die auf dieselbe Weise wirken) hinsichtlich der vorstehenden Empfehlung besonders vorsichtig sein sollten, um ihr Infektionsrisiko zu senken.

Es sind mehr Daten über den Einsatz von Alemtuzumab und Cladribin während der COVID-19-Pandemie erforderlich, um ihre Sicherheit bewerten zu können. Menschen mit MS, die derzeit diese Therapien einnehmen und in einer Gemeinde leben, in der COVID-19 ausgebrochen ist, sollten ihre Lymphozytwerte mit ihrem Facharzt besprechen. (Lymphozyten gehören zu den weißen Blutkörperchen, die den Körper vor Infektionen schützt). Wenn die Werte niedrig sein sollten, sollten sie sich weitestgehend isolieren, um das Risiko einzudämmen.

Empfehlungen bezüglich einer Verschiebung der zweiten oder weiterer Dosen von Alemtuzumab, Cladribin, Ocrelizumab und Rituximab aufgrund eines COVID-19-Ausbruchs variieren von Land zu Land. Menschen, die diese Medikamente einnehmen und bei denen die nächste Dosis ansteht, sollten ihren Facharzt bezüglich der Risiken und Vorteile einer Verschiebung der Behandlung konsultieren. Es wird dringend empfohlen, die Behandlung nicht ohne die Empfehlung des behandelnden Arztes zu stoppen.

Empfehlungen im Hinblick auf HSC

Die Transplantation hämatopoetischer Stammzellen (HSC) geht mit einer intensiven Chemotherapie einher. Dies schwächt das Immunsystem für eine gewisse Zeit sehr. Menschen, die kürzlich eine HSC hatten, sollten eine Verlängerung des Isolationszeitraums während des COVID-19-Ausbruchs auf mindestens sechs Monate in Betracht ziehen. Menschen, die die Behandlung geplant haben, sollten, in Rücksprache mit Ihrem Facharzt, in Betracht ziehen, die Transplantation zu verschieben. Wenn eine HSC erfolgt, sollte die Chemotherapie in Räumen, die von anderen stationär behandelten Patienten getrennt sind, verabreicht werden.

Inanspruchnahme medizinischer Beratung für Schübe und sonstige gesundheitliche Bedenken

Menschen mit MS sollten weiterhin medizinische Beratung in Anspruch nehmen, wenn sie Veränderungen ihres Gesundheitszustands feststellen, die auf einen Schub oder ein anderes zugrunde liegendes Problem, wie zum Beispiel eine Infektion, hindeuten. Dies kann durch Alternativen zu persönlichen Klinikbesuchen erfolgen (wie zum Beispiel Telefon- oder Video-Konsultationen), wenn die Option besteht. In vielen Fällen ist es möglich Schübe zu Hause zu behandeln.

Der Einsatz von Steroiden zur Behandlung von Schüben sollte sorgfältig bedacht werden und nur dann erfolgen, wenn Schübe behandelt werden müssen. Es gibt einige Hinweise darauf, dass die Gabe von dosisintensiven Steroiden in dem Monat vor der Ansteckung mit COVID-19 das Risiko für einen schwereren Verlauf, der stationär behandelt werden muss, erhöht. Wenn möglich sollte die Entscheidung zusammen mit einem Neurologen, der in der Behandlung von MS erfahren ist, getroffen werden. Menschen, die eine Steroid-Behandlung aufgrund eines Schubs erhalten, sollten besonders vorsichtig sein und sollten vielleicht über eine Selbstisolierung für mindestens einen Monat nachdenken, um ihre Risiken im Zusammenhang mit COVID-19 zu senken. Beachten Sie, dass nach einer Infektion mit COVID-19, Steroide zur Behandlung von COVID-19 eingesetzt werden können, um die übermäßige Immunreaktion, häufig „Zytokin-Sturm“ genannt, zu dämpfen.

Menschen mit MS sollten weiterhin an Rehabilitationsaktivitäten teilnehmen und so viel wie in Pandemiezeiten möglich aktiv bleiben. Dies kann ggf. durch ärztliche Fernbehandlungen oder in Kliniken / Zentren erfolgen, solange die Menschen mit MS, die die Kliniken / Zentren aufsuchen, sich an die Sicherheitsmaßnahmen zu ihrem eigenen Schutz und zur Eingrenzung der Ausbreitung von COVID-19 halten. Menschen mit Problemen im Hinblick auf ihre psychische Gesundheit sollten Rat bei Ihrem Facharzt suchen.

Grippeimpfung

Die Grippeimpfung ist sicher und für Menschen mit MS empfohlen. In Ländern, in denen die Grippesaison beginnt, empfehlen wir Menschen mit MS, die Schutzimpfung gegen die saisonale Grippe zu bekommen, wenn sie verfügbar ist.

Empfehlungen für Kinder oder schwangere Frauen mit MS

Derzeit existieren keine spezifischen Empfehlungen für schwangere Frauen mit MS. Es gibt allgemeine Informationen über COVID-19 und Schwangerschaft von der [Weltgesundheitsorganisation](#). Es gibt keine spezifischen Empfehlungen für Kinder mit MS; sie sollten die vorstehenden Empfehlungen für Menschen mit MS beachten.

COVID-19-mRNA-Impfstoffe (Pfizer-BioNTech und Moderna) und MS

Unser Leitfaden bezieht sich derzeit nur auf die mRNA-Impfstoffe (Pfizer-BioNTech und Moderna), da diese von unseren klinischen und wissenschaftlichen Experten bewertet wurden. Wir wissen, dass andere COVID-19-Impfstoffe in verschiedenen Ländern eingesetzt werden und es ist unser Ziel, unsere Empfehlungen zu aktualisieren, damit diese Impfstoffe so schnell wie möglich abgedeckt werden.

Die mRNA-Impfstoffe funktionieren durch Verwendung eines Teils des genetischen Codes des Coronavirus, um eine Reaktion des menschlichen Immunsystems hervorzurufen, was wiederum dazu führt, dass der menschliche Körper Antikörper und T-Zellen bildet (eine spezielle Population von weißen Blutkörperchen), um das Virus zu bekämpfen. Alle Daten bezüglich dieser mRNA-Impfstoffe gegen COVID-19 stammen aus klinischen Tests, die sorgfältig und gründlich geprüft wurden und anschließend von Zulassungsbehörden zugelassen wurden.

Wir wissen nicht, wie viele Menschen in den klinischen Test des mRNA-Impfstoffs MS hatten. Daher sind bisher keine Daten in Bezug auf die Sicherheit und Wirksamkeit von mRNA-Impfstoffen gegen COVID-19 speziell für Menschen mit MS verfügbar. Unser Leitfaden basiert daher auf Daten aus der allgemeinen Bevölkerung in den klinischen Impftests und ist an frühere Erfahrungen in Bezug auf die Impfung von Menschen mit MS angelehnt. Wir werden unsere Richtlinien aktualisieren, sobald neuere Daten vorliegen.

Menschen mit MS sollten sich gegen COVID-19 impfen lassen

Die Wissenschaft hat uns gezeigt, dass die mRNA-Impfstoffe gegen COVID-19 (Pfizer-BioNTech und Moderna) sicher und wirksam sind. Wie andere medizinische Entscheidungen ist die Entscheidung für eine Impfung am besten zusammen mit ihrem behandelnden Arzt zu treffen. Sie sollten sich die mRNA-Impfung (Pfizer-BioNTech oder Moderna) geben lassen, wenn und sobald sie für Sie verfügbar ist. Die Risiken einer COVID-19-Erkrankung überwiegen mögliche Risiken durch den Impfstoff. Zudem sollten Mitglieder aus demselben Haushalt und enge Kontakte sich auch einen mRNA-Impfstoff (Pfizer-BioNTech oder Moderna) geben lassen, wenn dieser verfügbar ist, um die Auswirkungen des Virus einzudämmen.

Bei den Pfizer-BioNTech und Moderna COVID-19-Impfstoffen sind zwei Dosen erforderlich. Sie müssen beide Dosen erhalten, damit er vollständig wirksam ist. Sie sollten sich an die örtlichen, regionalen und nationalen Richtlinien in Bezug auf den Zeitpunkt für die zweite Dosis halten. Wenn Sie bereits an COVID-19 erkrankt und genesen sind, sollten Sie sich ebenfalls impfen lassen, da es nicht den Anschein hat, dass eine vorherige Infektion zeitlich unbegrenzt vor zukünftigen COVID-19-Infektionen schützt. Beachten Sie, dass es nach der vollständigen Impfung (beide Dosen) bis zu drei Wochen dauern kann, bis die maximale Immunität erreicht ist.

Wir wissen nicht, wie lange eine geimpfte Person vor COVID-19 geschützt ist, wobei klinische Testdaten darauf hindeuten, dass der Schutz mindestens mehrere Monate sehr hoch ist (d. h. geimpfte Personen haben ein sehr geringes, unter 5 %iges Risiko COVID-19-Symptome zu haben, wenn sie dem Virus ausgesetzt sind). Es kann erforderlich sein, die Impfung gegen COVID-19 in den kommenden Jahren wiederholt aufzufrischen.

In Ländern, in denen die mRNA-Impfstoffe (Pfizer-BioNTech und Moderna) verfügbar sind, sollten Menschen mit dem höchsten Risiko für einen schweren Verlauf von COVID-19 geimpft werden, sobald einer dieser Impfstoffe ihnen angeboten wird

Menschen mit fortschreitender MS, ältere Menschen, diejenigen, die eine schwerere physische Behinderung haben (z. B. eine begrenzte Laufdistanz), Personen mit bestimmten Erkrankungen (z. B. Diabetes, Bluthochdruck, Übergewicht, Herz- und Lungenerkrankungen) und schwarze Menschen mit MS und möglicherweise südasiatische Menschen mit MS

gehören zu den Gruppen mit dem höchsten Risiko eines Krankenhausaufenthalts aufgrund von COVID-19.

Die mRNA-Impfstoffe (Pfizer-BioNTech und Moderna) sind für Menschen mit MS sicher

Die mRNA-Impfstoffe (Pfizer-BioNTech und Moderna) enthalten keine lebenden Viren und verursachen keine COVID-19-Erkrankung. Es ist unwahrscheinlich, dass die mRNA-Impfstoffe (Pfizer-BioNTech und Moderna) einen MS-Schub auslösen oder Ihre chronischen MS-Symptome verstärken. Das Risiko an COVID-19 zu erkranken, überwiegt das Risiko eines MS-Schubes aufgrund des Impfstoffes bei Weitem.

Die mRNA-Impfstoffe (Pfizer-BioNTech und Moderna) können Nebenwirkungen verursachen, einschließlich Fieber oder Müdigkeit. Fieber kann Ihre MS-Symptome zeitweise verstärken, sie sollten jedoch zum vorherigen Niveau zurückkehren, nachdem das Fieber abgeklungen ist. Selbst wenn Sie Nebenwirkungen von der ersten Dosis haben, ist es wichtig, die zweite Impfdosis zu erhalten, damit sie ihre volle Wirkung entfalten kann.

Es ist sicher, die COVID-19-mRNA-Impfstoffe (Pfizer-BioNTech und Moderna) mit MS-Medikamenten einzusetzen

Setzen Sie Ihre krankheitsverändernde Therapie (DMT) fort, sofern Ihr MS-Facharzt Ihnen nicht empfiehlt, sie zu beenden oder zu verschieben. Ein plötzliches Beenden kann bei einigen DMTs eine starke Verschlechterung der Krankheit auslösen. Basierend auf Daten aus früheren Studien zu anderen Impfstoffen und DMTs, ist die Gabe der mRNA-Impfstoffe (Pfizer-BioNTech oder Moderna) während der Einnahme von DMTs sicher. Einige DMTs können die Wirksamkeit des Impfstoffs mindern, er wird jedoch dennoch etwas Schutz bieten. Wenn Sie Ofatumumab, Alemtuzumab, Cladribin, Ocrelizumab oder Rituximab einnehmen, müssen Sie eventuell den Zeitpunkt Ihrer Impfung mit dem Zeitpunkt Ihrer DMT-Dosis koordinieren. Konsultieren Sie Ihren MS-Facharzt, um den besten Zeitplan für Sie zu finden.

Wir alle haben eine persönliche Verantwortung, die Ausbeutung der Pandemie zu verlangsamen und das Virus so schnell wie möglich zu eliminieren.

Die Zulassungen von sicheren und wirksamen Impfstoffen gegen COVID-19 bringen uns im Kampf gegen die Pandemie einen Schritt weiter. In Gebieten, in denen sich COVID-19 weiterhin lokal ausbreitet, sollten Sie, zusätzlich zu der Impfung, die lokalen Richtlinien über Strategien zur Übertragungseindämmung, die u.a. wahrscheinlich das Tragen einer Gesichtsmaske, soziale Distanzierung und Hände waschen vorsehen, beachten.

Diese Erklärung wurde am 13. März 2020 verabschiedet. Die neuesten Überarbeitungen wurden am 13. Januar 2021 beschlossen.

Die nachstehend genannten Personen wurden im Rahmen der Entwicklung der vorliegenden Empfehlungen konsultiert. Die Richtlinien in Bezug auf COVID-19-Impfstoffe wurden in Zusammenarbeit mit der Gesellschaft entwickelt.

*** Nationale und internationale Richtlinien über physische Abstände schwanken zwischen mindestens 1 Meter und 2 Metern. Sie sollten jeweils ihre nationalen Richtlinien befolgen und sich dessen bewusst sein, dass dies Mindestabstände sind, wobei weiter besser ist.