

ME/CFS och COVID-19 vaccination

Svensk sammanfattning av artikeln: The ME/CFS community and covid-19
Publicerad i januari 2021

Eftersom många med ME/CFS har defekt immunförsvar, bör personer med ME/CFS vidta samma försiktighetsåtgärder som högriskpatienter.

Det säkraste är att undvika Covid-19 smitta och därmed inte bli sämre av varken Covid-19 eller ett vaccin. Dock bör man kunna säkerställa att man är i trygg isolering utan risk för smitta och detta inkluderar eventuella familjemedlemmar.

Men om risk finns för smitta föreligger så bör man göra en avvägning mellan vad en Covid-19 infektion innebär i jämförelse med eventuella biverkningar från Covid-19 vaccinet.

En försämring p.g.a. Covid-19 infektion, med risk för död, eller risken för biverkningar och försämring av vaccinering.

Men vad gäller vaccinering för Covid-19 och ME/CFS? Om man inte kan säkerställa att inte bli smittad?

Olika experter och olika länder har olika syn på huruvida ME/CFS sjuka ska vaccineras mot Covid-19 eller inte.

Personer med defekt immunförsvar kan ha en minskad förmågan att bekämpa virusinfektioner. Dessutom kan närvaron av kronisk inflammation, allergier, astma mastcellsaktiveringssyndrom, utgöra ytterligare risker.

Dock rekommenderas vaccinering mot COVID-19 till alla som är tillräckligt friska att ta vaccinet.

Eftersom det är osäkert hur Covid-19 vaccin påverkar generellt, finns det rekommendationer att ME/CFS patienter främst ska avvakta ett par månader, för att kunna se om eventuella bieffekter kan påverka ME/CFS patienter. Detta gäller främst de som tidigare haft allergiska reaktioner mot vaccin.

Inför Covid-19 Vaccination för ME/CFS sjuka

Innan vaccinationen bör den som har ME/CFS vila och försöka vara så stabil som möjligt.

Man bör även ha planerat för förvärrade symtom av sin ME/CFS.

Se till att ha vätska och näring iordninggjort inför en möjlig försämring. Detta även för att minska risken för rubbning i salter och näring som kan leda till ökad ansträngning för kroppen. Skulle det uppstå svettningar och diarré kan man kontakta vården för eventuellt näringsdropp.

Inför vaccinering kan du även boosta ditt immunförsvar för att minska risken för försämring.

I artikeln ges råd om hur man kan förbereda sig med antioxidanter och vissa naturliga tillskott för att minska risk för försämring.

Artikeln författare rekommenderar att ta Antihistamin dagarna innan och dagarna efter för att minska risken för en omedelbar mastcellsaktivering (Allergisk reaktion) eller en låggradig mastcellsaktivering.

Efter vaccinering är rekommendationen att stanna kvar en stund ifall en allergisk reaktion ändå skulle uppstå. Stanna därför kvar och vila efter vaccinering, gärna 30 minuter eller mer.

Länk till artikeln: <https://solvecfs.org/the-me-cfs-community-and-covid-19/>