



Ține glicemia sub control! Poți face o formă mai ușoară de COVID -19 dacă te îmbolnăvești

Suferi de diabet zaharat de tip 2 (T2D) și îți controlezi atent nivelul glicemic din sânge?

Vei avea un prognostic mai bun decât cei care nu fac acest lucru!

Diabetul crește riscul de infectare de 2-3 ori din cauza dezechilibrului metabolic cronic, mai ales în absența controlului glicemic sau în cazul unui control glicemic slab.

****Ce trebuie să faci****

În afara măsurilor generale de prevenire a infecției cu virusul SARS-CoV-2:

- contactezi medicul curant și soliciți să îți prescrie medicația pentru o perioadă de 1-3 luni pentru a evita deplasările repetate la farmacii și cabinete medicale.
- păstrezi la îndemână numărul de telefon al medicului tău, al farmacistului și al unui membru al familiei pe care îl informezi despre starea ta și cum te poate ajuta;
- dacă ești insulinodependent, te asiguri că ai un stoc rezonabil de insulină și consumabilele pentru testarea glicemiei;
- dacă folosești pompa de insulină și/sau senzori de monitorizare glicemică, te asiguri că ai consumabilele necesare într-o cantitate suficientă.
- te asiguri că ai suficiente bandele pentru testarea corpurilor cetonici urinari;
- te asiguri că ai o rezervă de glucagon (3-4 kit-uri) pentru corectarea hipoglicemiilor severe;
- îți monitorizezi monitorizează-ți glicemia mai frecvent decât de obicei pentru identificarea episoadelor de hipoglicemie și hiperglicemie.

****Când trebuie să iei legătura cu medicul diabetolog****

Prezinți semnele îmbolnăvirii de COVID-19 sau se agravează simptomele de mai jos:

- Tuse uscată persistentă mai multe zile;
- Modificarea respirației (respirație dificilă, lipsă de aer);
- Gât uscat;
- Durere/presiune persistentă în piept;
- Febră persistentă;
- Pierderea bruscă a gustului și a mirosului;
- Dureri de cap, tulburări digestive, scaune diareice, vărsături;
- Creșteri ale glicemiei însoțite de creșterea temperaturii.

Sau atunci când:

- Înregistrezi valori glicemice foarte mari sau foarte mici în mod repetat;
- Depistezi corpi cetonici în urină;
- Urinezi mai frecvent decât în mod normal, mai ales în timpul nopții;
- Ai senzația de sete extremă indiferent de cantitatea de lichide consumată;
- Ai gura uscată, dureri de cap, dureri de stomac, slăbiciune, stare oboseală marcată;
- Este necesară ajustarea dozelor de insulină;
- Este nevoie de schimbarea tratamentului;
- Trebuie revizuite recomandările referitoare la dietă;
- Ați rămas fără medicamente sau consumabile;
- Apare orice schimbare a stării de sănătate - infecții, răceli, vărsături, diaree.