

DIABETICKÝ PACIENT A COVID-19

PŘÍRUČKA VE FORMĚ OTÁZEK A ODPOVĚDÍ



JE PRAVDOU, ŽE PACIENTI, KTEŘÍ MAJÍ CUKROVKU, SE NEMOCÍ COVID-19 NAKAZÍ ČASTĚJI NEŽ LIDÉ BEZ DIABETU?

Není pravda, že by diabetici byli častěji nakaženi COVID-19 než běžná populace. U pacientů s diabetem se předpokládá těžší průběh onemocnění, nikoli „větší šance“ na nakažení.

JE PRAVDA, ŽE POKUD ONEMOCNÍ CHOROBOU COVID-19 DIABETIK, MÁ U NĚJ NEMOC HORŠÍ PRŮBĚH?

Obecně jsou lidé s diabetem (ať už 1. či 2. typu) rizikovými pacienty a očekává se u nich horší průběh tohoto onemocnění. Data, jež byla analyzována, ukazují, že větší riziko závažného průběhu onemocnění COVID-19 mají pacienti vyššího věku (medián 56 let) a s dalšími nemocemi, jako je vysoký krevní tlak nebo koronární onemocnění srdce (nemocní, kteří jsou po srdečním infarktu nebo mají známky srdečního selhávání).

Pokud je diabetik bez komplikací, jiných onemocnění a jeho diabetes je dobře kompenzován, riziko těžkého průběhu COVID-19 je malé. Organismus reaguje podobně jako u jiných virových infekcí. Při horší dlouhodobé kompenzaci cukrovky je oslabena schopnost těla vyrovnat se s infekcí.



JE MOŽNÉ, ŽE V PRŮBĚHU NEMOCI DOJDE KE ZVÝŠENÍ HLADIN KREVNIHO CUKRU?

Ano, jakékoli onemocnění, ale i stres či méně pohybu mohou vést ke snížení účinku podávaných léků na cukrovku a následně dochází k vzestupu glykémie (krevního cukru). Zvýšená glykémie pak snižuje schopnost těla vzdorovat infekci. Proto je důležité si pravidelně kontrolovat hladiny glykémie a udržovat je v optimálních mezích. Ideální glykémie nalačno je 5–8 mmol/l a 2 hodiny po jídle 7–10 (u některých pacientů do 13) mmol/l.

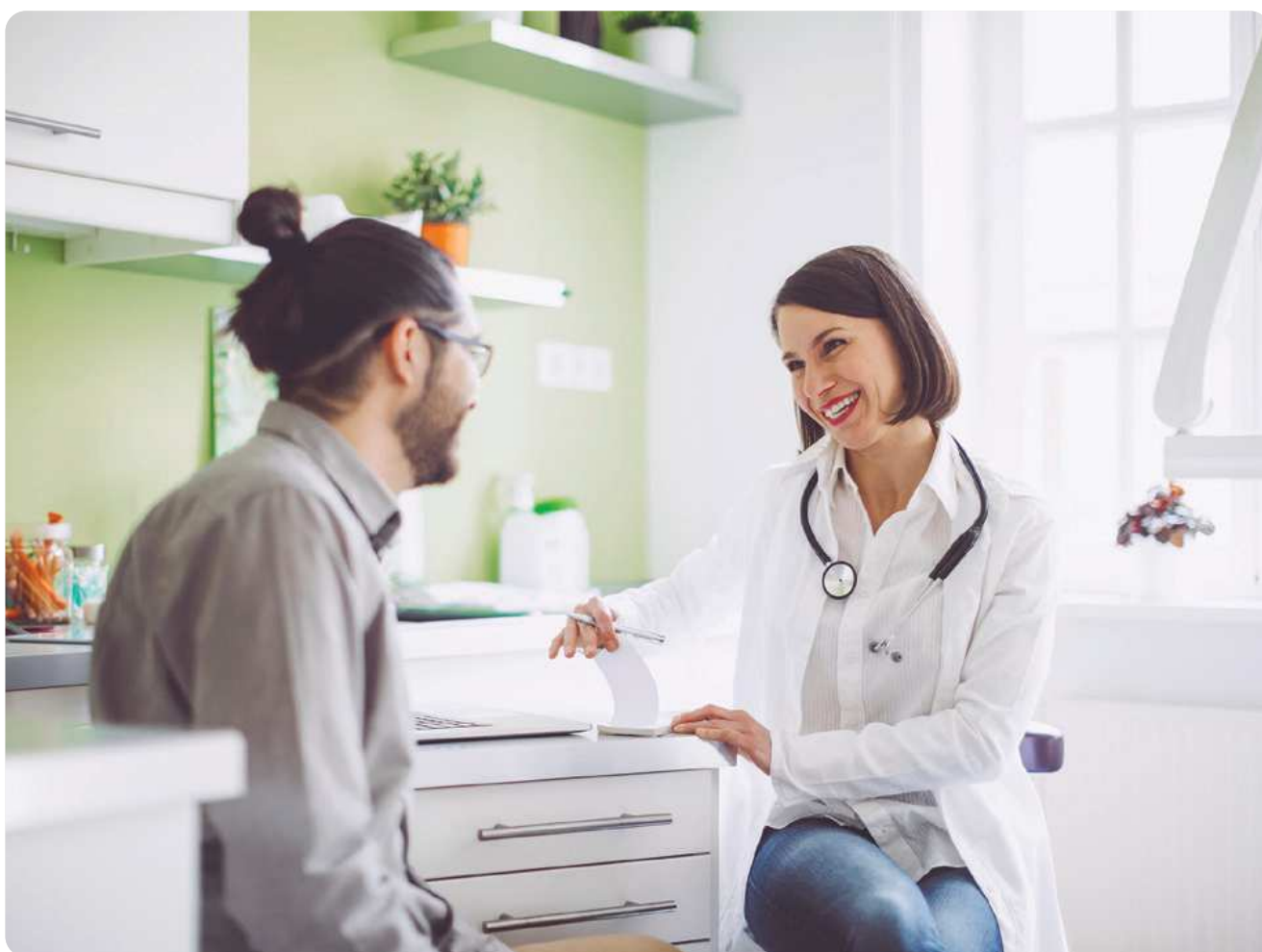
Pokud mají diabetici 1. typu infekci, zvyšuje se také riziko diabetické ketoacidózy (DKA). DKA vzniká při nedostatku inzulínu, projevuje se zvracením, bolestmi břicha, vysokou hladinou glykémie a přítomností ketolátek. Hladina ketolátek se obvykle stanovuje v moči. Tento stav ovšem může vzniknout při jakémkoli onemocnění diabetiků 1. typu, nejedná se pouze o důsledek infekce COVID-19.

JAK PŘEDEJÍT RIZIKU NÁKAZY?

Minimalizujte riziko vzniku nákazy. To znamená: za všech okolností používejte ochranné pomůcky na ruce a na obličej, dodržujte zásady hygieny, vyhýbejte se místům s větší koncentrací lidí. Pokud musíte vyrazit ven, dodržujte si od okolí odstup 2 metrů. Pijte dostatečné množství neslazených tekutin, alespoň 2 litry za den. Pokud můžete, měřte si pravidelně glykémii. Při léčbě tabletami stačí 2–3× týdně, při léčbě inzulinem častěji – alespoň ob den či denně, pokud si aplikujete inzulin každý den více než 3×.

JAK SE PŘIPRAVIT NA NUTNOST EVENTUÁLNÍ KARANTÉNY NEBO MINIMÁLNÍ MOŽNOSTI VYCHÁZET VEN?

Zůstat doma bez možnosti kontaktu s okolím není vůbec jednoduché. Proto využijte nabízených možností pomoci, ať již od vašich dětí, příbuzných či kamarádů, a připravte jim seznam toho, co pro vás mohou udělat. Ověřte si, že máte aktuální kontakt (telefon, e-mail) na svého diabetologa nebo praktického lékaře, který vám může poradit. Ověřte si, že máte dostatek léků, popřípadě inzulinu a materiálu (proužků, jehel, setů pro inzulinovou pumpu) na 1–2 měsíce. V případě potřeby můžete požádat o zaslání elektronického receptu, který vám může vyzvednout kdokoli.





CO DĚLAT, KDYŽ MÁTE PŘÍZNAKY ONEMOCNĚNÍ?

Pravidelně si kontrolujte tělesnou teplotu ráno a večer. Pokud máte příznaky nemoci či horečku, měřte glykémii častěji – cca 3× denně. Pokud jste léčeni pro diabetes 1. typu a máte horečku a glykémii nad 17 mmol/l, změřte rovněž ketolátky. Jezte pestrou stravu, nezvyšujte ani nesnižujte příjem jídla, i nadále dbejte na příjem tekutin. V dietě nepoužívejte slazené nápoje (ani med).

V případě nemoci bude glykémie pravděpodobně stoupat (pokud užíváte inzulin, bude stoupat i jeho spotřeba). Pro to, aby tělo mohlo bojovat s infekcí, je zapotřebí udržovat hladinu glykémie v rozmezí ideálně cca 6–10 mmol/l, maximálně do 13–15 mmol/l. Pokud se vám nedaří mít cukr pod kontrolou, volejte svému ošetřujícímu diabetologovi – poradí vám jak upravit léčbu.

KDY VOLAT LÉKAŘE, POKUD SI MYSLÍTE, ŽE JSTE ONEMOCNĚLI COVID-19?

Kontaktujte svého praktického lékaře při zhoršování stavu nejprve telefonicky. Zejména pokud nemůžete jíst a pít pro nevolnost, máte příznaky ketoacidózy (opakované zvracení, bolest břicha, poruchy vědomí) nebo pozitivní ketolátky (pouze pro diabetes 1. typu), dále pokud nezvladatelná vysoká glykémie trvá více než 24 hodin nebo se zhoršují dechové či jiné obtíže. Nemáte-li závažné příznaky ani dekompenzovaný diabetes, zůstaňte raději doma.

Autorka:
MUDr. Dagmar Bartášková

Novo Nordisk s.r.o.
Hadovka Office Park, Evropská 33c, 160 00 Praha 6
Tel.: +420 233 089 611, www.novonordisk.cz



CZ20NNG00007