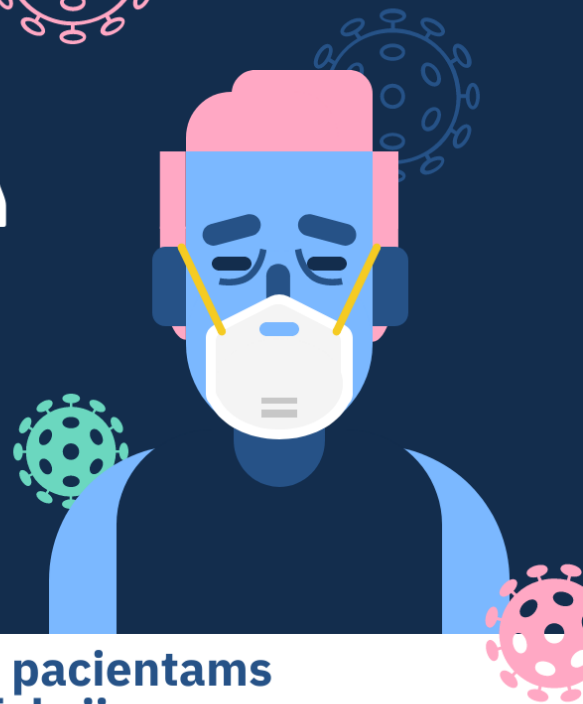


COVID-19 IR CUKRINIS DIABETAS – PRAKTINĖ INFORMACIJA

Sergantiems cukriniu diabetu yra padidėjusi rizika pasireikšti su COVID-19 infekcija susijusioms komplikacijoms. Tai lemia gliukozės kiekio kraujyje svyravimai bei su cukriniu diabetu susiję susirgimai, dėl kurių virusinės infekcijos gydymas tampa sudėtingesnis.¹ Dėl to sergantiems diabetu yra ypatingai svarbu imtis tinkamų veiksmų siekiant apsisaugoti nuo šios infekcijos ar jau pajutus ligos simptomus.



Kaip cukriniu diabetu sergantiems pacientams apsisaugoti nuo COVID-19 infekcijos



Likite namuose:

- Jei turite galimybę – dirbkite iš namų
- Neturintiems galimybės dirbti nuotoliniu būdu ir jeigu nėra taikoma prastova, ekstremaliosios situacijos ar karantino metu gali būti išduodami nedarbingumo pažymėjimai ir mokama ligos išmoka.
- Kuo mažiau lankytės viešose vietose – paprašykite, kad artimieji arba savanoriai pasirūpintų Jumis (aprūpintų maistu ir vaistais).
- Reikalingų vaistų elektroninius receptus Jums gali išrašyti Jus gydantis gydytojas, su kuriuo susisiekiate telefonu.
- Karantino metu galioja supaprastinta receptinių vaistų pardavimo tvarka, kuomet išrašytus vaistus gali įsigyti (atsiimti) kitas asmuo.



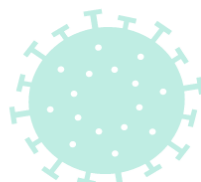
Kontroliuokite savo ligą:

- Svarbiausia - gera glikemijos kontrolė. Dažniau stebėkite gliukozės kiekį kraujyje (naudojant savikontrolės priemones).
- Vartokite visus paskirtus vaistus tiksliai taip, kaip nurodė gydytojas.
- Sergantiems cukriniu diabetu ir širdies ar inkstų liga būtina užtikrinti, kad širdies ir inkstų būklė išliktų stabili.



Palaikykite sveikatą nemedicininėmis priemonėmis:

- Vartokite pakankamai skysčių
- Būtina atkreipti dėmesį į mitybą ir tinkamą baltymų vartojimą bei koreguoti bet kokią mineralų ir vitaminų stoką.
- Nustatyta, kad fizinis krūvis gerina imuninę sistemą (tačiau būtina vengti vietų, kur yra daug žmonių, pvz., sporto klubų ar plaukimo baseinų).
- Svarbu skiepytis nuo gripo ir pneumonijos (dėl skiepijimosi esamos virusinės epidemijos metu duomenų nėra).



COVID-19 SIMPTOMAI

- Karščiavimas
- Pasunkėjęs kvėpavimas arba dusulys
- Nuolatinis skausmas krūtinėje
- Sunku orientuotis
- Mieguistumas
- Melsvos lūpos arba veidas

Ką daryti, jei pajutote COVID-19 ligos simptomus



Būtina izoliacija 14 dienų arba kol išnyks simptomai

- Daugumai sergančiųjų liga būna lengva. Jiems būtina palaikyti reikiamą skysčių kiekį organizme, galima taikyti simptominį gydymą ar garų inhaliacijas.



Skambinkite nemokama karštąja linija 1808

- Remiantis LR SAM ministro sprendimu, sergantieji cukriniu diabetu, esant net ir lengviems COVID-19 simptomams, turėtų būti GMP vežami į ligoninę.



Laikykitės gydytojų nurodymų dėl gydymo

- Insulinas yra rekomenduojamas vaistinis preparatas hospitalizuotų sergančių pacientų hiperglikemijai koreguoti.
- Jei 1 tipo cukriniu diabetu sergantiems pacientams pasireiškia karščiavimas su hiperglikemija, būtina dažnai matuoti cukraus kiekį kraujyje.
- Siekiant palaikyti normalią glikemiją, gali prireikti dažnai keisti insulino dozavimą ir skirti papildomas valgio insulino dozes.

