



UDRUŽENJE ENDOKRINOLOGA I
DIJABETOLOGA REPUBLIKE SRPSKE

Udruženje endokrinologa i dijabetologa Republike Srpske (UED) u skladu aktivnostima Međunarodne federacije za dijabetes (IDF), a u cilju sprječavanja i upravljanja korona virusom kod osoba koje boluju od dijabetes melitusa i o svim problemima koji se mogu pojaviti, objavljuje:



PREPORUKE ZA ZAŠTITU od koronavirusa (Covid-19) osoba koje boluju od dijabetes melitusa

DIABETES MELLITUS ŠEĆERNA BOLEST

Osobe sa dijabetesom podložnije su infekcijama i suočavaju se sa 2-3 puta većim rizikom da obole od korona virusa bez obzira da li imaju neki drugi zdravstveni problem ili ne. Prema izvještaju predsjednika IDF-a, prof. dr Andrew Boultona, i iz još nepoznatih razloga, infekcija korona virusom COVID-19 prezentuje se relativno blagom kliničkom slikom kod mlađih osoba i naročito kod djece sa dijabetesom tipa 1.

RIZICI

Uopšteno govoreći, faktori koji povećavaju rizik od infekcije kod osoba sa dijabetesom su sljedeći:

- Loša kontrola šećera u krvi (visok nivo šećera u krvi slabi imunološki sistem)
- Duže trajanje dijabetesa
- Izrazita gojaznost
- Starost
- Pušenje
- Prisutnost hroničnih komplikacija bolesti (uglavnom se odnose na kardiovaskularni sistem i bubrege).

KORONA VIRUS COVID-19

Krajem 2019. godine novi soj korona virusa identifikovan je kao uzrok upale pluća u Wuhanu, provincija Hubei u Kini. Korona virus se brzo proširio, a epidemija virusa prvo se proširila Kinom, zatim se proširila na gotovo sve kontinente, a Svjetska zdravstvena organizacija, je 11.03.2020. proglasila je pandemiju.

UOBIČAJENI PUTEVI PRENOSA INFEKCIJE

1. Sa osobe na osobu, putem kapljica proizvedenih iz usta tokom razgovora, kašljanja ili kihanja ili tokom fizičkog kontakta (npr. zagrljajem, poljupcima, rukovanjem)
2. Dodirom kontaminirane površine (npr. stolovi, ručke na vratima), a zatim dodirivanjem usta, nosa ili oči.

Korona virus opstaje približno 2 sata na površini, ali može dugo opstati i pri niskim temperaturama i visokoj atmosferskoj vlažnosti.

Vrijeme inkubacije obično je oko 5 dana, ali može doseći i do 14 dana. Korona virus se može neutralizovati na površinama pomoću alkoholne otopine (preko 40%).

SIMPTOMI

Simptomi su obično blagi i 98% onih koji se inficiraju - prežive.

Od zaraženih, preko 80% ima blage simptome slične onima uobičajene prehlade i mogu se oporaviti kod kuće.

Najčešći simptomi su sledeći:

- curenje iz nosa
- kašalj
- bol u grlu
- glavobolja
- neobjašnjiv umor
- povišena temperatura.

U približno 14% slučajeva virus ulazi dublje u pluća i izaziva pneumoniju sa težim simptomima (otežano disanje).

Međutim, kod 5% njihovo stanje može postati kritično, doživljavajući respiratornu insuficijenciju, sepsu kao i insuficijenciju više organa.

VISOKORIZIČNE GRUPE

Bolest je obično teža kod osoba sa komorbiditetima, posebno kod starijih osoba i osoba koje imaju kardiovaskularne bolesti, hronične plućne bolesti, hipertenziju i dijabetes (isto kao i kod gripa).

PRATITE AKTUELNA OBAVJEŠTENJA
JZU INSTITUT ZA JAVNO ZDRAVSTVO
REPUBLIKE SRPSKE PUTEM

KONTAKT UDRUŽENJA ENDOKRINOLOGA
I DIJABETOLOGA REPUBLIKE SRPSKE ZA
PACIJENTE SA DIJABETES MELITUSOM

OBAVJEŠTENJA
REPUBLIČKOG ŠTABA ZA VANREDNE
SITUACIJE SU DOSTUPNA PUTEM

COVID 19



UDRUŽENJE ENDOKRINOLOGA I
DIJABETOLOGA REPUBLIKE SRPSKE

PREPORUKE ZA ZAŠTITU od koronavirusa (Covid-19) osoba koje boluju od dijabetes melitusa



PREVENTIVNE MJERE ZA ZAŠTITU OD KORONA VIRUSA

1. Održavajte dobru regulaciju šećera u krvi.
2. Budite fizički aktivni / vježbajte.
3. Osigurajte adekvatnu hidrataciju, konzumaciju hrane ili pića bogatih antioksidansima (poput voća, povrća, zelenog čaja) i izbjegavajte prerađenu hranu, optimizirajte odbranu imunološkog sistema.
4. Perite ruke redovno sapunom i toplom vodom ili koristite rastvore na bazi alkohola.
5. Izbjegavajte socijalne kontakte ili održavajte udaljenost (preporučeno 2 metra) od ljudi koji imaju simptome ili su očito bolesni.
6. Kad kašljete ili kišete, pokrijte nos ili usta jednokratnom maramicom i bacite je u kantu za smeće.
7. Osigurajte da imate direktan pristup telefonskim brojevima za hitne slučajeve u slučaju infekcije i da imate potrebnu količinu lijekova (naročito insulina) i potrošnog materijala za samotestiranje nivoa šećera u krvi

OPŠTA PRAVILA

1. Održavanje adekvatne hidratacije je apsolutno neophodno (najmanje pola čaše vode na svakih sat vremena) kako biste održali kardiovaskularni sistem i ćelijski metabolizam u dobrom stanju.
2. Redovno pratite nivo šećera u kapilarnoj krvi, koristeći uređaje za samotestiranje i pokušajte je održati u prihvatljivom opsegu (4.4-10.0 mmol/l) slijedeći upute vašeg ljekara.
3. Kod osoba koje imaju dijabetes tipa 1, kao i tipa 2, na režimima insulinske terapije, potrebno je mjeriti ketone u kapilarnoj krvi. Povećam nivo ketona može ukazivati na prelazak metabolizma na sagorijevanje masti umjesto glukoze i može dovesti do ketoacidoze (DKA).
4. Ako terapijski režimi uključuju inhibitore SGLT2 (dapagliflozin, empagliflozin, kanagliflozin), oni se moraju odmah prekinuti s početkom akutne bolesti i nastaviti nakon njenog rješavanja. Ova klasa lijekova je visoko efikasna u regulisanju dijabetesa i danas se široko koristi (često se kombinuje u jednoj tableti sa metforminom).

Kao i kod svih virusnih infekcija, osobe sa dijabetesom inficirane korona virusom mogu imati poremećenu kontrolu šećera u krvi. U takvim slučajevima moraju odmah kontaktirati svog ljekara jer se potrebe za insulinom povećavaju pa se medicinski tretman i ishrana moraju adekvatno prilagoditi.

KORONA VIRUS ŠEĆERNA BOLEST

Udruženje endokrinologa i dijabetologa Republike Srpske je na raspolaganje pacijentima otvorilo kontakt telefon 066-318-964, na koji pacijenti mogu postavljati pitanja svakim radnim danom od 10-14 časova, a na pitanja će odgovarati specijalisti endokrinolozi.

Pacijenti takođe mogu slati pitanja putem internet sajta Udruženja endokrinologa i dijabetologa Republike Srpske, www.uedrs.org, a na postavljena pitanja će odgovarati specijalisti endokrinolozi, članovi Udruženja.

PRATITE AKTUELNA OBAVJEŠTENJA
JZU INSTITUT ZA JAVNO ZDRAVSTVO
REPUBLIKE SRPSKE PUTEM

KONTAKT UDRUŽENJA ENDOKRINOLOGA
I DIJABETOLOGA REPUBLIKE SRPSKE ZA
PACIJENTE SA DIJABETES MELITUSOM

OBAVJEŠTENJA
REPUBLIČKOG ŠTABA ZA VANREDNE
SITUACIJE SU DOSTUPNA PUTEM