

ВЪПРОСИ & ОТГОВОРИ

Връзка между COVID-19, захарен диабет и затлъстяване

Какво е COVID-19?

COVID-19 е инфекциозно заболяване, причинено от новооткрития коронавирус. Новият вирус и заболяването бяха непознати преди избухването на епидемично огнище в Ухан, Китай през декември 2019.^{1,2}

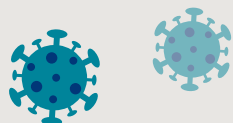
COVID-19 е сериозна заплаха за общественото здраве. По-възрастните или хората с хронични заболявания като захарен диабет, хипертония, белодробни заболявания¹⁻⁵, затлъстяване и други съпътстващи заболявания⁶ са с по-висок риск от усложнения и тежко протичане в случай на заразяване с COVID-19.

Какви са симптомите на COVID-19?

Най-честите симптоми на COVID-19 са висока температура, умора, недостиг на въздух и сухота в гърлото. Някои пациенти усещат болка, запушване на носа, хрема, възпалено гърло или диария.¹⁻⁵

Обичайно симптомите започват да се проявяват няколко дни след инфекция с вируса, в повечето случаи 3-7 дни след заразяване. Понякога симптомите се проявяват след 14 дни.⁴

Някои хора се заразяват без изобщо да развият симптоми и без да почувстват неразположение.³ Смята се, че хората са най-заразни, когато проявяват най-много симптоми. Възможно е безсимптомни заразноносител да разпространяват инфекцията. Въпреки че има докладвани такива случаи, смята се, че това не е основният начин на разпространение.⁷



Как COVID-19 засяга хората със захарен диабет и затлъстяване?

Хората със захарен диабет и затлъстяване не са по-предразположени към заразяване с COVID-19, отколкото останалото население. Но инфектирането с COVID-19 при някои хора със захарен диабет, затлъстяване и съпътстващи заболявания може да доведе до развитие на по-тежки симптоми и усложнения.¹⁻⁸

В Китай (първичното огнище) хората със захарен диабет са с много по-тежко протичане и повишена смъртност в сравнение с хората без диабет.³ Ако диабетът е добре контролиран, рискът от развиване на тежко състояние след инфекция с COVID-19 е същият както при останалото население.³

Засега няма доказателства, че хората със затлъстяване са с по-висок риск от инфекция с COVID-19. Според анализ на данните за обичайния сезонен грип, хората със затлъстяване с ИТМ ≥ 40 кг/м² са с по-висок риск от сериозни усложнения.⁹

Ако диабетът е добре контролиран, рискът от тежко преболедуване на COVID-19 е същият като при останалото население.³



Различен ли е рискът при инфекция с COVID-19 при хората със захарен диабет тип 1 спрямо тези с тип 2?

Рискът за хората със захарен диабет тип 1 и тип 2 е сходен. Хората със захарен диабет тип 1 са с повишен риск от диабетна кетоацидоза в случай на вирусна инфекция.³

Какви предпазни мерки трябва да вземат хората със захарен диабет?

Хората със захарен диабет трябва да са подготвени със следното:^{2,3}

- Телефонен номер на лекуващия ендокринолог.
- Достатъчно количество лекарства и консумативи за мониториране на кръвната захар в домашни условия.
- Достатъчно количество прости въглехидрати (подсладени газирани напитки, захар, конфитюр, захарни бонбони).
- Глюкагон и кетониви ленти в случай на лош гликемичен контрол (при ниска или висока кръвна захар).

Пациентите трябва да следят за предупредителни симптоми при влошаване на състоянието им: затруднено дишане или недостиг на въздух, непрестанна болка или усещане за натиск в гръдния кош, объркване или невъзможност за концентрация, цианоза (посиняване на устните или лицето).³

Какво трябва да предприемат хората със захарен диабет, ако развият или имат съмнение, че развиват симптоми на COVID-19?

При съмнение за развитие на симптоми на COVID-19 трябва да се спазват препоръките на местните власти. В някои държави пациентите са съветвани да потърсят лекарска помощ незабавно. Не е препоръчително директното отиване в болницата, за да се избегне заразяването на други хора и за да може медицинският персонал да има време да се организира.^{1,5}

Обадете се в болницата или на лекуващия лекар и обяснете:

- какви симптоми имате;
- какво е нивото на кръвната захар и кетоните (по възможност);
- какъв вид и какво количество течности сте приели.

Стриктно спазвайте препоръките на Вашия ендокринолог какви антидиабетни медикаменти да приемате.

Пийте много неподсладени течности; хранете се с малки порции, но често.

Какви конкретни мерки трябва да предприемат хората със захарен диабет, ако са заразени с COVID-19?

По време на инфекция с COVID-19 пациентите с диабет може да изпитат влошаване на гликемичния си контрол. Те трябва да следват "препоръките за контрол на захарния диабет при вирусни инфекции", за да овладеят стойностите на кръвната захар.²⁻⁵

Американската диабетна асоциация (АДА) препоръчва:³

- Следвайте съветите на лекуващия лекар за приема на антидиабетни медикаменти и следенето на кръвната захар.
- Следете за признаци на хипергликемия (уриниране повече от нормалното, особено нощем, силна жажда, главоболие, умора и летаргия).
- По възможност измервайте кръвната си захар често, и денем, и нощем (на 2-3 часа).
- Пийте достатъчно течности.
- Ако кръвната ви захар е под 3.9 mmol/L или под таргетния обхват, приемете 15 г прости въглехидрати (захар, сладко, захарни бонбони, сок или подсладена газирана напитка). След 15 минути измерете кръвната захар, за да видите дали е започнала да се повишава.

- Ако при две последователни измервания на кръвната захар стойността е над 13.3 mmol/L, трябва да се изследват кетоните. В случай на средни или високи нива на кетоните незабаво се свържете с лекуващия ви лекар (и както сте инструктирани, при ниски нива на кетони).
- Ако използвате сензор (CGM), проверявайте точността му с тест ленти, защото някои сензори се повлияват от приема на парацетамол.
- Ръцете трябва да са измити, а местатата за инжектиране/инфузия или убождане при изследване с глюкомер трябва да са почистени със сапун и вода или дезинфекцирани със спирт/алкохол.

Какви мерки трябва да предприемат хората със затлъстяване в случай на инфекция с COVID-19?

Хората със затлъстяване трябва да следват препоръките на СЗО и местните власти в случай, че развият симптоми на COVID-19.^{1,6}

Не трябва да прекратяват приема на обичайните си медикаменти преди да го обсъдят с лекуващия си лекар. Хората със затлъстяване трябва да продължат с обичайната си физическа активност, спазвайки препоръките на местните власти и социална дистанция. Общи препоръки за физическа активност и здравословно хранене по време на кризата с COVID-19 може да се потърсят от специалисти или асоциации по въпросите със затлъстяването.



Какви допълнителни предпазни мерки могат да предприемат близките на хората с диабет или затлъстяване?

Всички трябва да спазват едни и същи предпазни мерки, обявени от здравните власти: често миене на ръцете, спазване на добра хигиена, избягване на контакт с болни хора.¹

COVID-19 ще повлияе ли на достъпа до медикаменти на Ново Нордиск?

Ново Нордиск продължава да осигурява животоподдържащи медикаменти за пациентите по целия свят. Производството и дистрибуцията на продуктите не са засегнати.

Ще има ли негативно влияние на състоянието на пациентите с диабет и затлъстяване, които се лекуват с продукти на Ново Нордиск и са заразени с COVID-19?

Няма данни лечението с продукти на Ново Нордиск (напр. GLP-1 рецепторни агонисти или инсулини) да има негативно влияние върху хора с диабет или затлъстяване в случай на инфекция с COVID-19.

Настоящите въпроси и отговори са разработени с информация от публично достъпни източници. Референции:

1. WHO: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019> 2. Diabetes Canada: <https://www.diabetes.ca/resources/tools---resources/faq-about-covid-19-and-diabetes> 3. ADA: <https://www.diabetes.org/diabetes/treatment-care/planning-sick-days/coronavirus> 4. IDF: <https://www.idf.org/our-network/regions-members/europe/europe-news/196-information-on-corona-virus-disease-2019-covid-19-outbreak-and-guidance-for-people-with-diabetes.html> 5. Diabetes UK: https://www.diabetes.org.uk/about_us/news/coronavirus 6. WOF: <https://www.worldobesity.org/news/coronavirus-disease-covid-19-outbreak-for-people-living-with-obesity> 7. CDC: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html> 8. Obesity UK guidance: <https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-guidance-on-social-distancing-and-for-vulnerable-people/guidance-on-social-distancing-for-everyone-in-the-uk-and-protecting-older-people-and-vulnerable-adults> 9. CDC: <https://www.cdc.gov/flu/highrisk/index.htm>

Отказ от отговорност: В настоящия документ са представени общи препоръки за заболяването, които не трябва да се приемат като медицински съвет. Свържете се с лекуващия си лекар, ако изпитате симптоми на COVID-19 или в случай на въпроси, съмнения или притеснения. Винаги спазвайте препоръките на местните власти.

