

Рекомендации при коронавирусной инфекции для пациентов с **сахарным диабетом**

ЭНЦ

Профилактика



Строго соблюдайте рекомендации по ведению дневника самоконтроля и питанию, полученные от лечащего врача. Это поможет Вам достичь индивидуальных целевых показателей глюкозы в крови.



Соблюдайте рекомендации по сахароснижающей терапии. Поддерживайте индивидуальный целевой уровень глюкозы в крови. Это снизит риск развития заболевания.



Постарайтесь реже посещать общественные места. По возможности реже пользуйтесь общественным транспортом, особенно в часы пик. Сократите посещение магазинов и торговых центров, МФЦ, банков.



Если Вы заболели или почувствовали себя плохо (не только в связи с простудными признаками, но и по другим проблемам со здоровьем, например давлением) – не ходите в поликлинику, а вызывайте врача на дом.



Если Ваши близкие вернулись из-за границы и у них появились признаки простуды – ограничьте с ними контакты и настоятельно требуйте их обращения за медицинской помощью. Ваш мудрый совет поможет сохранить здоровье Вам и Вашим близким.



Если Вы заболели простудой, а среди Ваших близких люди выезжали за рубеж в последние 2 недели, обязательно скажите об этом врачу. Он назначит анализ на новую коронавирусную инфекцию.



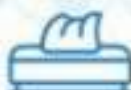
Поддерживайте связь с помощью удаленных технологий, таких как телефон, интернет и социальные сети.



Часто мойте руки с мылом, гигиена очень важна для Вашего здоровья. Мойте их после возвращения с улицы, из общественных мест, после контактов с упаковками из магазинов, перед приготовлением пищи. Не трогайте грязными руками лицо, рот, нос и глаза – так вирус может попасть в Ваш организм.



Пользуйтесь влажными салфетками для дезинфекции. Протирайте ими сумки, телефоны, книги и другие предметы, которые были вместе с Вами в общественном транспорте.



Запаситесь одноразовыми бумажными платочками. При кашле и чихании прикрывайте ими рот и нос и выбрасывайте салфетку сразу после использования.



Тщательно соблюдайте рекомендации врача по лечению имеющихся у Вас хронических заболеваний.

В ФГБУ «НМИЦ эндокринологии» МЗ РФ осуществляются телемедицинские консультации врач-пациент (подробности на сайте <https://www.endocrincentr.ru/pacientam/telemedicinskie-uslugi>)

Рекомендации при коронавирусной инфекции для пациентов с **сахарным диабетом**

ЭНЦ

При первых симптомах



Контролируйте сахар крови чаще.

Ухудшение общего состояния и повышение температуры может привести к повышению уровня глюкозы в крови.



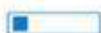
Пейте больше жидкости. Не употребляйте сладкие напитки.



Помните, что при повышении температуры Вам может потребоваться коррекция сахароснижающей терапии, свяжитесь с врачом.



Ешьте чаще, маленьким порциями. Избегайте легкоусваиваемых углеводов, за исключением гипогликемии.



Если у Вас Сахарный диабет 1 типа при повышении уровня глюкозы крови выше 13-15 ммоль/л, определяйте кетоны в моче по тест-полоскам, при положительном анализе обратитесь к врачу.



Лицам, получающим инсулинотерапию, при повышении температуры может потребоваться увеличение дозы и дополнительные инъекции для поддержания нормального уровня сахара в крови.