

Sorular ve Cevaplar



Versiyon: V1 (25 Mart 2020)

Not: Bu doküman ilgili ilave bilgilerin de gelmesiyle birlikte güncellenecektir.

S1: COVID-19 nedir?

- COVID-19, en son keşfedilen koronavirüsün neden olduğu bulaşıcı bir hastalıktır. Bu yeni tip virüs ve hastalık, Aralık 2019'da Çin'in Wuhan şehrinde salgın başlamadan önce bilinmiyordu (1, 2).
- COVID-19 ciddi bir halk sağlığı tehdidi oluşturmaktadır. Yaşlı erişkinler ve diyabet, hipertansiyon, kalp hastalığı, pulmoner bozukluklar (1-5) ve ilgili durumlarda (6) obezite dahil olmak üzere önceden mevcut tıbbi rahatsızlıkları olan kişilerde komplikasyon yaşama ve ciddi hastalık riski daha yüksektir.

S2: COVID-19'un belirtileri nelerdir?

- COVID-19'un en yaygın semptomları ateş, yorgunluk, nefes darlığı ve kuru öksürüktür. Bazı hastalarda ağrı ve sızlama, burun tıkanıklığı, burun akıntısı, boğaz ağrısı veya ishal olabilir (1-5).
- Semptomlar genellikle bir kişiye virüs bulaştıktan birkaç gün sonra başlar ve çoğu vaka maruziyetten yaklaşık 3-7 gün sonra ortaya çıkar. Bazı insanlarda semptomların ortaya çıkması 14 gün kadar sürebilir (4).
- Bazı insanlar enfekte olur ancak herhangi bir semptom geliştirmezler ve kendilerini kötü hissetmezler (3).
- İnsanların en semptomatik (en hasta) olduklarında en bulaştırıcı olduğu düşünülmektedir. İnsanlar semptom göstermeden önce bazen bulaş olabilir; bu yeni tip koronavirüste bununla ilgili raporlar olmuştur, ancak virüsün esas yayılma yolunun bu olduğu düşünülmemektedir (7).

S3: COVID-19 diyabet ve obezite ile yaşıyanları nasıl etkiler?

- Diyabet ve obezitesi olan kişilerin COVID-19 ile enfekte olma durumu genel popülasyona kıyasla daha olası değildir. Bununla birlikte, COVID-19 diyabet, obezite ve ilişkili hastalığa sahip kişilerin bazılarında daha ciddi semptomlara ve komplikasyonlara neden olabilir (1-8).
- Şu ana kadar en fazla vakanın gözlemlendiği Çin'de diyabeti olmayan bireylere göre diyabetli bireylerde daha fazla ciddi komplikasyon ve ölüm gözlenmiştir(3).
- Şu anda, obezitesi olan kişilerde COVID-19 enfeksiyonu riskinin arttığına dair bir kanıt yoktur. Var olan kanıtlar, yaygın mevsimsel grip için, BKİ ≥ 40 kg / m² olan obezitesi olan kişilerde ciddi komplikasyon riskinin arttığını göstermektedir (9).
- Diyabet iyi yönetiliyorsa, COVID-19'dan kaynaklanan ciddi hastalık riski genel popülasyonla hemen hemen aynıdır (3).

S4: Tip 1 diyabetliler ile tip 2 diyabetliler arasında COVID-19 riski açısından bir fark var mı?

- Riskler tip 1 ve tip 2 diyabetliler için benzerdir bununla birlikte Tip 1 diyabetli kişiler, virus enfeksiyonuna yakalandıklarında, DKA (diyabetik ketoasidoz) riski artmaktadır(3).

S5: Diyabetli insanlar ne gibi önlemler almalıdır?

Diyabetli kişiler aşağıda belirtilenleri hazırda bulundurmalıdır. (2, 3):

- Sağlık hizmeti sağlayıcısının/sağlayıcılarının iletişim bilgileri.
- Evde kan şekerini izlemek için malzeme stoğu ve yeterli ilaç.
- Düşük kan şekeri (hipoglisemi) riski altındaysa ve yeterli gıda alımını sağlayamayacak kadar düşkün ise kan şekerini yüksek tutmaya yardımcı olmak için şekerli içecekler, bal, reçel, şekerlemeler gibi yeterli miktarda basit karbonhidrat içeren gıda stoğu.
- Glisemik kontrolün zayıf olması durumunda (yüksek veya düşük kan şekeri seviyeleri) glukagon ve keton stripleri.

Hastalar ayrıca aşağıdaki belirtilen şikayet ve semptomlara karşı dikkatli olmalıdırlar:

- nefes almada zorluk veya nefes darlığı,
- göğüste sürekli ağrı veya basınç hissi,
- bilinç bulanıklığı veya uyanmada zorluk,
- mavimsi renkte dudaklar veya yüz (3).

S6: Diyabetli insanlar COVID-19 semptomları geliştirir / şüphelenirse ne yapmalıdır?

- COVID-19 semptomlarından şüpheleniliyorsa yerel otorite önerilerine uyulmalıdır. Bazı ülkelerde hastaların derhal tıbbi yardım almaları önerilir. Bununla birlikte, virüsün başkalarına bulaşmasını önlemek ve tıbbi personel tarafından öncelikli düzenlemelerin yapılmasına imkan vermek için , önceden bildirilmiş numarayı aramadan (Türkiye için SABİM:184) doğrudan hastaneye gitmemeniz önerilir (1-5).
- Hastane / doktorunuzu arayın ve aşağıdaki bilgileri paylaşın:
 - o Belirtiler
 - o Glikoz ve varsa keton değerleri
 - o Sıvı tüketiminin izlemi
- İlaç kullanımı konusunda diyabet bakım ekibinizin tavsiyelerine uyun.
- Bol miktarda su tüketin ve şekersiz içecekleri elinizin altında hazır bulundurun. Daha küçük porsiyonlarda ve daha sık yemek yemeye çalışın.

S7: Diyabetli kişiler COVID-19 ile enfekte olursa hangi spesifik önlemler alınmalıdır?

Virüs bulaşmış diyabetli kişilerin glisemik kontrollerinde bir bozulma görülebilir. Hastalar enfeksiyona bağlı diyabet dekompanseasyonunu iyileştirmek için "hastalık günü rehberlerine" (sick day guidelines) uymalıdır (2-5). Bu hastalara Amerikan Diyabet Derneği (ADA) tarafından aşağıdaki önlemler önerilmektedir (3):

- Diyabet ilaçları ve kan şekerinin izlenmesi ile ilgili doktor (veya diyabet ekibi) tavsiyelerine uyun.
- Hiperglisemi belirtilerinin farkında olun (normalden daha fazla idrara çıkma, (özellikle geceleri) çok susamış olma, baş ağrısı, yorgunluk ve uyku hali)
- Kan şekerini gündüz ve gece boyunca sık sık izleyin (genellikle 2-3 saatte bir).
- Bol su tüketin.
- Kan şekeri 70 mg / dL'nin (3.9 mmol / L) altında veya hedef aralığın altındaysa, sindirimi kolay olan 15 gram basit karbonhidrat yiyin (örn. Bal, reçel, sert şeker, meyve suyu veya şekerli içecek). Şeker seviyelerinin yükseldiğinden emin olmak için kan şekeri 15 dakika içinde kontrol edilmelidir.
- Kan glikoz seviyeleri arka arkaya iki kez 240 mg / dL'den (13.3 mmol / L) yüksek ölçülmüşse ketonlar kontrol edilmelidir. Orta veya yüksek keton seviyeleri mevcutsa (veya eser miktarda veya az ketonların bildirilmesi talimat verilmişse) derhal doktora başvurulmalıdır.
- Bazı sürekli glikoz takip sistemi cihazları asetaminofen (parasetamol) tarafından etkilendiğinden CGM sensörlerinin doğruluğunu sağlamak için parmak ölçüm çubuklarıyla kontrol edin.
- Eller yıkanmalı ve enjeksiyon / infüzyon ve parmakta ölçüm yapılan bölgeler sabun ve su ile veya alkollü antiseptik solüsyon ile temizlenmelidir.

S8: COVID-19 ile enfekte olmaları durumunda obezitesi olan kişiler tarafından hangi önlemler alınmalıdır?

- Obezitesi olan kişilerde COVID-19 semptomlarından şüpheleniliyorsa DSÖ ve yerel yetkililer tarafından verilen tavsiyelere uymaları önerilir (1, 6).
- Kişiler ilk önce sağlık bakım sağlayıcıları ile görüşmeden aldıkları herhangi bir tıbbi tedaviyi bırakmamalıdır.
- Obezitesi olan bireyler, yerel sağlık otoritelerinin rehberlerine göre fiziksel aktivitelere devam etmeli ve sosyal mesafeyi korumalıdır. COVID-19 krizi sırasında fiziksel aktivite ve sağlıklı beslenme ile ilgili genel öneriler için, obezitesi olan kişilerin nitelikli sağlık bakım sağlayıcılarından ve profesyonel derneklerden gelen rehberleri izlemelerini öneririz.

S9: Diyabetli ve obezitesi olan kişilerin ailesi / arkadaşları ve bakıcıları tarafından alınması gereken ek önlemler var mı?

Herkes sık sık ellerini iyice yıkamak, iyi hijyen uygulamak ve hasta olan kişilerle temastan kaçınmak gibi halk sağlığı yetkilileri tarafından virüse maruz kalmayı azaltmak için önerilen adımların aynısını izlemelidir (1).

S10: COVID-19, Novo Nordisk tarafından üretilen ilaçlara erişimi etkiliyor mu?

Novo Nordisk dünya çapında hastalara destek sağlamaya devam etmektedir. Şu anda ürünlerimizin mevcut üretim ve dağıtım kapasitesi üzerinde herhangi bir etki yoktur.

S11: Diyabet / obezitesi olan kişilerde NN tarafından üretilen ilaçları almanın COVID-19 ile enfekte olma üzerine herhangi bir etkisi var mı?

Diyabet / obezitesi olan kişilerde NN tarafından üretilen ilaçları almanın COVID-19 ile enfekte olma üzerine herhangi bir etkisi olduğunu gösteren veri yoktur.

Daha fazla referans ve ileri okuma için lütfen kaynakları ziyaret edin:

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>