

توصيات للأفراد المصابين بداء السكري و فيروس كورونا المستجد

توصيات عامة

- العناية المناسبة بنظافة اليدين والابتعاد ان الأشخاص الذين تظهر لديهم اعراض فايروس كورونا.
- قياس لدرجة حرارة الجسم والتأكد من خلو الجسم من المرض, فأى ارتفاع في درجات حرارة الجسم قد تكون اشارة لأعراض فايروس كورونا.
- اتبع ارشادات منظمة وكالة الصحة العامة في حال اذا شعرت بأعراض مرض فايروس كورونا المستجد.

[https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-](https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuellt/utbrott/covid-19/skydda-dig-och-andra/)

[beredskap/utbrott/aktuellt/utbrott/covid-19/skydda-dig-och-andra/](https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuellt/utbrott/covid-19/skydda-dig-och-andra/)

- في حال ظهور اعراض مرض الكورونا, فعليك قياس مستوى الكيتون في الدم لو كنت مصابا بمرض السكر من النوع الأول او اذا قرر طبيبك الخاص ان عليك استخدام جهاز قياس مستوى الكيتون في الدم.

○ للحالات التي تعاني من مستوى كلوكوز اعلى او يساوي 13 (≤ 13 mmol/L) و هم يستخدمون العلاج بمضخة الانسولين (ولم تظهر عليهم اعراض مرض الكورونا) فعليهم قياس مستوى الكيتون في الدم.

○ للحالات التي تعاني من مستوى كلوكوز اعلى او يساوي 15 (≤ 15 mmol/L) و هم يستخدمون علاج الانسولين بالحقن (ولم تظهر عليهم اعراض مرض الكورونا) فعليهم قياس مستوى الكيتون في الدم.

- لو لم تظهر عليك ارتفاع في درجة حرارة الجسم (< 39 درجة مئوية) او مشاكل تنفسية قوية او مرض خطير آخر (مع اعراض بنوية وجسمية), فعليك اتخاذ الاجراءات الصحية الشائعة للمرض. بمعنى آخر:
- تذكر ان في حالة الاصابة يكون قياس مستوى الكلوكوز في الدم اصعب من الحالات الاعتيادية.

- عليك الحذر بأن هناك احتمالية كبيرة بأن نتائج تحليل الكلوكوز في الانسجة (CGM و Freestyle Libre) قد تكون غير دقيقة. ولهذا عليك اجراء فحص لمستوى الكلوكوز في الدم بواسطة الجهاز السكري من دم الأصبع بشكل يومي ومقارنة النتائج مع تحليل الكلوكوز في الانسجة (CGM/Freestyle Libre).
- يلعب علاج الانسولين ذات الفعالية القصيرة دورا مهما في السيطرة على مستوى الكيتون في الدم لو كان مستوى الكلوكوز هو اعلى من 15 ($\text{mmol/L} < 15$) وبالذات لو كنت تتحكم بمستوى الانسولين من خلال جهاز المضخة.
- لو كان مستوى الكيتون في الدم < 0.9 فعليك الاتصال بمركز معالجة داء السكر الخاص بك او الاتصال على الرقم 1177.
- تكون الحاجة الى استخدام الانسولين أكثر في حالة ظهور اعراض المرض حتى لو كان تناول الطعام اقل عند المريض. عليك الاستمرار بمراقبة مستوى الكلوكوز في الدم وعليك بالمداومة باستخدام الانسولين حتى لو لم تتناول بعضا من الطعام.
- عليك بتناول كميات كافية من السوائل والسعرات الحرارية. ولو ظهرت عليك اعراض الحمى عليك بتناول كميات أكبر من السوائل.
- لو كنت تستخدم الميتفورمين او مثبطات SGLT-2 (مثل جارديانس او فوركسيجا او اينفوكانا او ستيجلاترو) فعليك التوقف من استخدام هذه العلاجات ما دام المرض مستمرا لديك وراقب مستوى الكلوكوز في الدم بشكل مستمر وابقى على اتصال دائم مع المركز الصحي لعلاج داء السكري الخاص بك من اجل الارشادات الطبية.

الحالات التي فيها نسبة الكيتون في الدم < 1.5

- اذا لم تكن تعاني من مرض معين, اتصل بالمركز الصحي لعلاج داء السكري الخاص بك او اتصل على الرقم 1177.
- اذا كنت تعاني من الارهاق والضعف والغثيان, فعليك بمراجعة قسم الطوارئ للتخصصات الباطنية.

الحالات التي فيها ارتفاع في درجة حرارة الجسم تصل الى < 39 درجة مئوية و هناك صعوبة في التنفس و تراجع بالمستوى الصحي العام

- هناك احتمال بالاصابة بفايروس كورونا المستجد, فعليك بمراجعة قسم الطوارئ للتخصصات الباطنية.