

Рекомендации при коронавирусной инфекции

ЭНЦ

для пациентов с **САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ**

При первых симптомах простуды



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



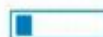
Ешьте чаще, маленькими порциями. Избегайте легкоусваиваемых углеводов, за исключением случаев гипогликемии.



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



Пейте больше жидкости. Не употребляйте сладкие напитки.



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.

В ФГБУ «НМИЦ эндокринологии» МЗ РФ осуществляются телемедицинские консультации врач-пациент (подробности на сайте www.endocrincentr.ru)

ТЕЛЕФОН ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ: 8(495)-7000-200

Рекомендации при коронавирусной инфекции

ЭНЦ

для пациентов с **САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ**

Профилактика



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



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



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.



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



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



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.



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



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 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.



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



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

В ФГБУ «НМИЦ эндокринологии» МЗ РФ осуществляются телемедицинские консультации врач-пациент (подробности на сайте www.endocrincentr.ru)

ТЕЛЕФОН ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ: 8(495)-7000-200