

## Coronavirus und Diabetes: Was Sie wissen sollten (aktualisierte Version)

Ein neues Coronavirus, das für die COVID-19-Krankheit verantwortlich ist, trat im Dezember 2019 in der Stadt Wuhan, China, zum ersten Mal auf.

Die Erfahrung dieses Ausbruchs zeigt, dass wir alle einer CoVid-19-Kontamination ausgesetzt sind, jedoch nicht mit dem gleichen Komplikationsrisiko.

Nach dem aktuellen Stand,

- scheinen Kinder weniger anfällig für pulmonale Komplikationen zu sein
- sind Patienten mit chronischen Krankheiten, darunter Diabetes, vor allem nach dem 60. Lebensjahr stärker exponiert.

### Allgemeine Informationen

Fälle von Coronavirus-Infektionen breiten sich weiter aus, und alle Kontinente sind nun in unterschiedlichem Maße betroffen. In Luxemburg, steigt die Zahl der Fälle jeden Tag, aber die Regierung und die Gesundheitsbehörden mobilisieren sich, um die Verbreitung des Virus so weit wie möglich einzudämmen.

Eine dem Coronavirus COVID-19 gewidmete Hotline wurde eingerichtet, um die Fragen der Bürger zu beantworten und Informationen über die zu befolgenden offiziellen Anweisungen zu geben.

**8002 8080**

Die Luxemburger Diabetesvereinigung ALD und die Société Luxembourgeoise du Diabète laden Sie ein, diese Empfehlungen zu lesen und so die Kontaminationsrisiken zu begrenzen, indem Sie sich die Website des Gesundheitsministeriums ansehen:

<https://gouvernement.lu>

### Was sind Coronaviren?

Coronaviren gehören zu einer großen Familie von Viren, die beim Menschen Krankheiten von der Erkältung bis hin zu schweren Lungeninfektionen verursachen können, die für akute Atemnot verantwortlich sind.

### Was sind die Symptome des Coronavirus COVID-19?

Die Hauptsymptome ähneln im Allgemeinen denen einer ansteckenden Viruserkrankung wie der Grippe:

- Fieber oder ein Gefühl von Fieber,
- Halsschmerzen,
- Atembeschwerden wie Husten oder Kurzatmigkeit.

Die ersten Symptome treten spätestens 14 Tage nach der Kontamination auf, was die empfohlene Isolationsperiode erklärt.

#### Symptome

Was sind Anzeichen für eine  
Coronavirus-Infektion?

Manche Infizierte haben wenige oder gar keine Krankheitsanzeichen, andere erkranken schwer oder sterben sogar an den Folgen einer Covid-19-Lungenentzündung. Die **Symptome ähneln grundsätzlich denen einer Erkältung.**



**Fieber oder  
erhöhte Temperatur**



**Husten oder  
Kratzen im Hals**



**Atembeschwerden  
oder Atemnot**



**Muskel- und  
Kopfschmerzen**

Durchfall scheint eher selten vorzukommen.

## Wie wird es übermittelt?

Dieses Virus wird hauptsächlich durch engen Kontakt, durch die Hände oder die Spucke einer infizierten Person übertragen: Niesen, Husten, Sprechen, zum Beispiel. Die Übertragung ist durch kontaminierte Gegenstände (z.B. Türgriffe) möglich, aber das Virus überlebt unter diesen Bedingungen nicht länger als einige Stunden. Es wird daher empfohlen, sich regelmäßig die Hände mit Seife oder einer hydroalkoholischen Lösung zu waschen.

## Sind Menschen mit Diabetes stärker gefährdet? Und warum?

Die gesamte Bevölkerung ist dem Risiko einer Kontamination durch das Coronavirus ausgesetzt. Wie bei vielen Infektionskrankheiten sind jedoch einige Menschen aufgrund ihres Alters und ihres Gesundheitszustandes einem höheren Risiko ausgesetzt, im Falle einer Infektion schwere Komplikationen zu entwickeln, unter anderem Menschen mit chronischen Krankheiten (Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Atemwegserkrankungen...) oder mit geschwächtem Immunsystem, z.B. durch Behandlungen bei einer Transplantation oder mit Chemotherapie oder Immuntherapie.

Jetzt, wo wir etwas mehr über das Virus wissen, wissen wir, dass Menschen mit ausgeglichenem Diabetes, die keine Komplikationen haben, nicht öfters infiziert werden und dass der Krankheitsverlauf im Allgemeinen nicht schlimmer ist. Aus diesem Grund gelten Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes sowie Erwachsene unter 65 Jahren mit einem ausgewogenen und unkomplizierten Diabetes prinzipiell nicht mehr als besonders gefährdet.

Der Impfstoff gegen die saisonale Grippe schützt nur vor der Grippe. Aber wir erinnern Sie daran, dass Menschen mit Diabetes unbedingt regelmäßig geimpft werden sollten.

## Bei Diabetes (Typ 1 oder Typ 2 Diabetes)

- Ständig hohe Blutzuckerwerte können Ihr Immunsystem schädigen und Sie anfälliger für Infektionskrankheiten und deren Komplikationen machen. **Umso wichtiger ist es, Ihren Blutzuckerspiegel zu überwachen und zu verbessern.**
- Infektionen können ebenfalls Ihren Blutzuckerspiegel aus dem Gleichgewicht bringen.
  - Wenn Sie Fieber haben: Überwachen Sie Ihren Blutzuckerspiegel sorgfältig: Fieber, egal aus welcher Ursache, ist ein destabilisierender Faktor bei Diabetes.
  - Bei Typ-1-Diabetes Patienten ist es wichtig, bei anhaltend hohen Blutzuckerwerten (mehr als 250 mg/dL über mehrere Stunden) an einen Aceton-Test zu denken: Stellen Sie sicher, dass Sie Keton- oder Ketonurie-Teststreifen zur Verfügung haben.
- Gute Praktiken zur Blutzuckermessung:
  - Wenn Sie ein hydro-alkoholisches Gel zur Händedesinfektion verwenden, denken Sie daran, dass Alkohol auf die Glucoseoxidase der Streifen einwirkt und daher den kapillaren Blutzuckerwert verändern kann ==> trocknen Sie Ihre Hände gut ab, aber **bevorzugen Sie Seife und Wasser!**
  - Wenn Sie Sensoren zur kontinuierlicher Messung verwenden, beachten Sie, dass Paracetamol die Werte der interstitiellen Glukose stören kann:

Führen Sie daher bei ungewöhnlichen oder der klinischen Situation nicht entsprechenden Ergebnissen **immer eine Doppelkontrolle Glukosesensors und kapillare Blutzuckermessung** durch.

### **Was sind die richtigen Schritte, um sich zu schützen?**

Um Ihre Gesundheit und die Ihrer Angehörigen zu schützen, müssen täglich "**Barrieremaßnahmen**" ergriffen werden, um die Übertragung des Virus zu begrenzen:

- Begrüßung ohne Händeschütteln, Vermeidung von Küssen.
- **Waschen Sie Ihre Hände sehr regelmäßig mit Wasser und Seife** oder andernfalls mit einer hydroalkoholischen Lösung;
- Husten oder Niesen Sie in ein Einwegtaschentuch und werfen Sie es sofort weg, oder, falls dies nicht möglich ist, in den Ellbogen, um Nase und Mund zu bedecken und Spritzer zu vermeiden.
- Verwenden Sie Einwegtaschentücher und entsorgen Sie diese, dann waschen Sie Ihre Hände.
- Tragen Sie eine Maske, wenn ein Sicherheitsabstand (2 m) nicht eingehalten werden kann (Geschäfte, öffentliche Verkehrsmittel usw.).

### **Weitere Fragen :**

Bis heute meldet die Regierung: "Zum gegenwärtigen Zeitpunkt sind keine Probleme beim Zugang zu Medikamenten im Zusammenhang mit der COVID-19-Coronavirus-Epidemie in Europa gemeldet worden. »

Sie müssen sich also keine Sorgen über die Versorgung mit Material für Diabetiker (CGM- und FreeStyle-Sensoren, Pumpenausrüstung...) und Insulin machen, alle Firmen haben es bestätigt.

### **Im Falle von Symptomen : (Fieber, Husten, Kurzatmigkeit)**

- Gehen Sie nicht in die Notaufnahme oder zu Ihrem Arzt.
- Rufen Sie 8002 8080 oder Ihren Hausarzt an, Sie werden dann zu den jeweiligen Strukturen orientiert.
- Rufen Sie Ihren Diabetologen oder Ihren Hausarzt an, wenn Ihr Blutzuckerspiegel sehr hoch ist, und bitten Sie um Rat.

**Wenn Sie Fieber haben, husten, aber nicht positiv auf Coronavirus getestet sind, haben Sie entweder die saisonale Grippe oder eine andere Virusinfektion.**

### **Verhalten Sie sich wie üblich:**

- Passen Sie auf sich auf, bleiben Sie in Kontakt mit Ihrem Arzt
- Überwachen Sie Ihren Blutzuckerspiegel und rufen Sie Ihren Arzt oder Diabetologen an, um Ihnen bei der Behandlung Ihres Diabetes zu helfen, wenn Ihr Blutzuckerspiegel hoch ist.
- Diese Ratschläge sollten Sie immer dann befolgen, wenn Sie eine ansteckende Krankheit haben.

**Und vergessen Sie nicht, für Ihre Gesundheit und die Ihrer Mitmenschen, bleiben Sie zuhause!**