

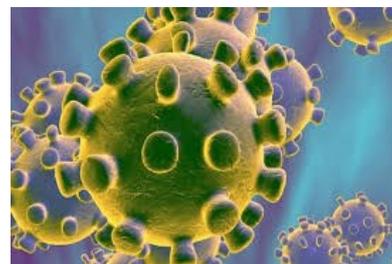
## Coronavirus et diabète : ce qu'il faut savoir (version actualisée)

Un nouveau coronavirus responsable de la maladie COVID-19 a fait son apparition en décembre 2019 dans la ville de Wuhan en Chine.

L'expérience de cette épidémie montre que nous sommes tous exposés à la contamination par le CoVid-19, mais pas avec le même risque de complications.

En l'état actuel des connaissances,

- les enfants paraissent moins sujets aux complications pulmonaires
- les patients atteints de pathologies chroniques et notamment de diabète sont plus exposés surtout après 60 ans.



### Informations générales

Les cas d'infection au coronavirus ne cessent de s'étendre et tous les continents sont désormais touchés à des degrés divers. Au Luxembourg, le nombre de cas augmentent tous les jours, mais le Gouvernement et les autorités sanitaires se mobilisent pour faire face à la propagation du virus.

Une Hotline dédiée au Coronavirus COVID-19 a été mise en place pour répondre aux questions des citoyens et informer sur les consignes officielles à suivre.

**8002 8080**

L'Association luxembourgeoise du Diabète et la Société luxembourgeoise de Diabétologie vous invitent à prendre connaissance de ces recommandations et ainsi limiter les risques de contamination en consultant le site du Ministère de la Santé :

<https://gouvernement.lu>

### Que sont les coronavirus ?

Les coronavirus font partie d'une grande famille de virus pouvant provoquer chez l'Homme des maladies allant du simple rhume aux infections pulmonaires sévères, responsables de détresse respiratoire aiguë.

### Quels sont les symptômes du Coronavirus COVID-19 ?

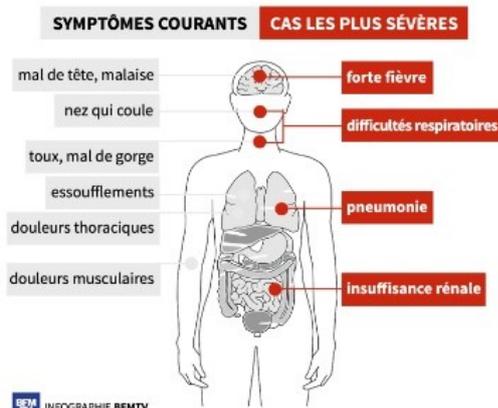
Les principaux symptômes s'apparentent généralement à ceux d'une maladie virale infectieuse comme la grippe :

- fièvre ou sensation de fièvre,
- maux de gorge,
- difficultés respiratoires comme la toux ou l'essoufflement.

Les premiers symptômes apparaissent au plus tard 14 jours après la contamination ce qui explique la durée d'isolement qui est recommandée.

### Les symptômes du coronavirus

sources : Institut Pasteur, Ministère de la santé, Organisation mondiale de la santé



### **Comment se transmet-il ?**

Ce virus se transmet principalement, lors d'un contact étroit, par les mains ou par les postillons d'une personne contaminée : éternuements, toux, discussion, par exemple. Une transmission est possible à partir d'objets contaminés (poignées de portes, par exemple) mais la durée de vie du virus ne dépasse pas quelques heures dans ces conditions. Il est donc recommandé de se laver régulièrement les mains avec du savon ou une solution hydro alcoolique.

### **Les personnes diabétiques sont-elles plus à risque ? Et pourquoi ?**

L'ensemble de la population est exposé au risque de contamination par le coronavirus. Toutefois, comme pour beaucoup de maladies infectieuses, certaines personnes sont plus exposées au risque de développer des complications sévères en cas d'infection, en raison de leur âge et de leur état de santé, notamment les personnes atteintes de maladies chroniques (diabète, maladies cardiovasculaires, maladies respiratoires...) ou ayant une immunité affaiblie, notamment par des traitements (malades greffés ou traités par chimiothérapie ou immunothérapie).

Maintenant, qu'on connait un peu mieux le virus, on sait que les personnes dont le diabète est bien équilibré et qui ne présentent pas de complications ne présentent pas plus de risques d'être infectés, et que le déroulement de la maladie n'est en général pas aggravé. Voilà pourquoi, on ne considère en principe plus les enfants et adolescents atteints d'un diabète de type 1, tout comme les adultes de moins de 65 ans, avec un diabète bien équilibré et sans complications comme spécialement personnes vulnérables.

Le vaccin contre la grippe saisonnière protège simplement de la grippe. Mais nous vous rappelons l'absolue nécessité pour les personnes atteintes de diabète de se vacciner régulièrement.

### **En cas de diabète (diabète de type 1 ou de type 2)**

- L'élévation permanente de la glycémie peut altérer le système immunitaire et vous rendre plus vulnérable aux maladies infectieuses et à leurs complications. **Il est donc encore plus important de bien surveiller, et améliorer votre taux de sucre**
- Les infections peuvent également déséquilibrer vos glycémies.
  - o En cas de fièvre: surveillez bien vos glycémies: la fièvre quelle qu'en soit la cause est un facteur de déstabilisation du diabète.
  - o Pour les patients diabétiques type 1, il est important de penser à rechercher l'acétone si les glycémies restent élevées (plus de 250 mg/dL pendant plusieurs heures) : assurez-vous de disposer de bandelettes de cétonurie ou cétonémie.
- Les bonnes pratiques de mesure de glycémie capillaire:
  - o Si vous utilisez un gel hydro-alcoolique pour désinfecter vos mains, n'oubliez pas que l'alcool interfère avec la glucose oxydase des bandelettes et peut donc modifier les glycémies capillaires -=> séchez-vous bien les mains, mais **préférez l'eau et le savon !**
  - o Si vous utilisez des sensors de mesure en continue, sachez que le paracétamol peut interférer avec les mesures de glucose interstitiel :

**faites donc toujours un double check glucose sensor et glycémie capillaire** en cas de résultats inhabituels ou ne correspondant pas à la situation clinique

### **Quels sont les bons gestes pour se protéger ?**

Pour préserver votre santé et celle de vos proches, il existe des **gestes** « **barrières** » à pratiquer au quotidien pour limiter la transmission du virus :

- Saluer sans se serrer la main, éviter de s'embrasser.
- **Se laver les mains très régulièrement à l'eau et au savon**, ou à défaut avec une solution hydro alcoolique.
- Tousser ou éternuer dans un mouchoir jetable et le jeter immédiatement, ou, à défaut, dans son coude, pour couvrir son nez et sa bouche et éviter les projections.
- Utiliser des mouchoirs à usage unique et les jeter, puis se laver les mains.
- Porter un masque lorsqu'une distance de sécurité (2 m) ne peut pas être maintenue (commerces, transports publics...)

### **Autres questions :**

A ce jour, le Gouvernement indique : « A ce stade, aucun problème d'accès aux médicaments n'a été signalé en relation avec l'épidémie de Coronavirus COVID-19 en Europe. »

Il n'y a donc pas d'inquiétude à avoir, concernant l'approvisionnement de matériel pour diabétiques (capteurs CGM, FreeStyle, matériel pour pompes...) et d'insuline, toutes les firmes l'ont confirmé.

### **En cas de symptômes : (fièvre, toux, essoufflement)**

- Ne vous rendez ni aux urgences, ni chez votre médecin.
- Téléphonnez au 8002 8080 ou à votre médecin généraliste, vous serez orienté vers les structures correspondantes.
- Téléphonnez à votre médecin diabétologue ou votre médecin traitant si vos glycémies sont très élevées pour demander conseil.

**Si vous avez de la fièvre, de la toux, sans test positif au Coronavirus, il peut s'agir d'une grippe saisonnière ou d'une autre infection virale.**

### **Agissez comme d'habitude :**

- Surveillez-vous, restez en contact avec votre médecin traitant.
- Surveillez vos glycémies et appelez votre médecin traitant ou diabétologue pour vous aider à traiter votre diabète si les glycémies sont élevées.
- Ces conseils sont à suivre à chaque fois que vous êtes atteints d'une maladie infectieuse !

**Et n'oubliez pas, pour votre santé et celle des autres : restez chez vous !**