

冠狀病毒疾病19(COVID-19)如何影響糖尿病患者

- 在冠狀病毒疾病19(coronavirus disease 2019, COVID-19)流行之際，我國面臨大量民眾感染，同時也面臨所謂冠狀病毒疾病19之後的後續症候，稱之為**感染冠狀病毒疾病19後症候群**(Post COVID-19 syndrome)，或**長新冠**(Long COVID)的困擾。
- 美國糖尿病學會(American Diabetes Association, ADA)公佈了一個問答集，收集常見糖尿病患者感染COVID-19後的有關問題，提供學會見解，值得我們臨床照護糖尿病患者參考。

糖尿病患者是否更容易感染 COVID-19 ？

- 沒有足夠的數據表明糖尿病患者是否比普通人群更容易感染 COVID-19。糖尿病患者面臨的問題是，如果他們感染了，他們更有可能出現更嚴重的併發症，而不是更有機會感染病毒。
- 此外，個人的健康狀況越多（例如，糖尿病合併有心臟病），就會因 COVID-19 感染增加他們這些疾病嚴重併發症的風險。如果感染病毒，老年人出現併發症的風險也更高。
- 儘管隨著病毒的傳播，死亡人數正在上升，但我們預計，隨著我們對於病毒的檢測和治療做得更好，死亡率（死於病毒的人數）會下降。

糖尿病患者發生 COVID-19 嚴重併發症的機率是否更高？

- 糖尿病患者更有可能因 COVID-19 出現嚴重併發症。一般來說，糖尿病患者感染任何病毒時更有可能出現更嚴重的症狀和併發症。如果您的糖尿病得到妥善管理，您因 COVID-19 患重病的風險可能會降低。
- 除了糖尿病之外還患有**心臟病**或**其他併發症**，可能會因 COVID-19 而增加患重病的機會，就像其他病毒感染一樣，因為不止一種情況會使您的身體更難抵抗感染。
- 病毒感染還會增加糖尿病患者的**發炎或內部(器官)腫脹**。這也可能是由高於目標的血糖引起的，發炎可能導致更嚴重的併發症。

第 1 型和第 2 型糖尿病患者的風險是否不同？

- 隨著新的 COVID-19 訊息出現，美國疾病管制與預防中心(CDC)將持續更新其網站資訊，目前的報告是任何年齡患有某些潛在疾病（包括第 2 型糖尿病）的人，罹患 COVID-19 重症的風險都會增加。
- 根據 CDC 目前的報告，患有第 1 型或妊娠糖尿病的人罹患 COVID-19 重症的風險可能會增加。由於 COVID-19 是一種新的疾病，儘管我們很想了解，但我們對於有關潛在的健康狀況是如何增加 COVID-19 重症風險所知不多。
- 重要的是要記住，患有任何一種糖尿病的人在年齡、出現的併發症以及他們控制糖尿病的能力都會有所不同。已經有糖尿病相關健康問題的人如果感染 COVID-19，預後可能比其他方面健康的糖尿病患者（無論他們患有哪種糖尿病）更差。

我需要擔心糖尿病酮酸血症（DKA）嗎？

- 當病毒感染生病時，糖尿病患者確實面臨 DKA 的風險增加，這在第 1 型糖尿病患者中很常見。DKA 會使您難以管理您的液體攝取量和電解質——這對於管理敗血症很重要。
- 某些 COVID-19 患者會經歷**敗血症**和**敗血性休克**，這些是較嚴重的併發症。了解DKA的癥兆，並確保與您的糖尿病護理團隊討論何時需檢查酮體以及何時需聯繫您的醫生。以及如果你生病了，知道該怎麼處理。

COVID-19 會導致糖尿病嗎？

- 幾項研究指出，成年人在感染 COVID-19 後面臨被診斷糖尿病的風險增加。
- 在18 歲以下感染 COVID-19的青少年，顯示感染COVID-19 的 30 多天之後罹患糖尿病的風險較高。

COVID-19 與季節性流感有何不同？

- 目前顯示對於所有人（包括糖尿病患者） COVID-19 都比季節性流感更嚴重。在處理這種病毒時，所有已被廣泛報導的避免感染的標準預防措施更顯重要。
- 我們鼓勵糖尿病患者遵循 CDC 的指引，確保您盡一切可能保護自己和他人。與往常一樣，糖尿病患者今年應**接種流感疫苗**，但重要的是要了解流感疫苗不能預防 COVID-19。

我應該注意哪些症狀和警告信號？

- COVID-19 患者報告的症狀範圍很廣，從輕微症狀到嚴重病症不等。接觸病毒後 **2-14 天** 可能會出現症狀。
- 注意潛在的 COVID-19 症狀，包括：
 - 發燒或發冷
 - 咳嗽
 - 呼吸急促或呼吸困難
 - 疲勞
 - 肌肉或身體疼痛
 - 頭痛
 - 新的味覺或嗅覺喪失
 - 喉嚨痛
 - 充血或流鼻涕
 - 噁心或嘔吐
 - 腹瀉

如果我認為我正在出現 COVID-19 的症狀，我應該怎麼辦？

如果您覺得自己正在出現症狀，請致電您的醫生。

當您致電時：

- 提供您的血糖數據
- 提供您的酮體數據
- 記錄您的液體消耗量（您可以使用 1 公升的水瓶）並報告
- 清楚您的症狀（例如：您是否有噁心？只是鼻塞？）
- 如何管理您的糖尿病提出問題

有哪些緊急警告信號——如果我遇到這些信號，我該怎麼辦？

如果有出現COVID-19的緊急警告信號要立即就醫。

在成人中，緊急警告信號包括：

- 呼吸困難或呼吸急促
- 胸部持續疼痛或壓迫感
- 新出現的意識混亂
- 無法醒來或保持清醒
- 嘴唇或面部發紫

我應該怎麼做才能防止 COVID-19 在我家中傳播？

- 對於有潛在健康問題（包括糖尿病）的人，家庭中健康的家庭成員應採取措施，就好像他們會對家人造成重大危險一樣。
- 例如，他們應該確保：必須離開家時，隨時用**口罩遮住口鼻**。經常洗手，尤其是在餵食或照顧易受傷害的人之前。與非同住家中的人保持**至少 6 英尺(約1.8公尺)**的距離。

如果我家裡有人 COVID-19 檢測呈現陽性，我該怎麼辦？

- 如果您的家庭成員生病了，請務必給他們自己的房間(如果可能的話)，並保持關門。
- 只讓一名家庭成員照顧他們，並考慮為 65 歲以上或有潛在健康問題的家庭成員提供額外的保護或更加強照顧。

COVID-19 會影響我獲得胰島素和其他糖尿病用品的機會嗎？

- 主要製造商報告，目前COVID-19 並未對其目前胰島素和其他供應品的製造和銷售產生影響。
- 我們將繼續監控情況，並在有任何變化時提供更新。

COVID-19 大流行期間，患者在醫院期間能否使用標有家庭使用標籤的血糖機進行自我測試？

- 是的。FDA 了解到家用血糖機可能是一種選擇，可以為醫院環境中的醫療保健專業人員減輕負擔和提供支持，減少患者與醫療保健提供者之間的互動接觸，從而限制 COVID-19 暴露，並節省個人防護設備(PPE)。
- 此外，一些內置無線數據傳輸功能的家用血糖機，可以方便遠程監測患者。因此，FDA 鼓勵醫院考慮允許患者使用家用血糖機進行自我檢測的政策，這可能包括使用患者自己的家用血糖機或在患者入院時提供家用血糖機。
- 使用在醫院的患者可以檢查自己的血糖，同時允許醫療保健專業人員以無線方式獲得結果的策略，可能可限制直接接觸並降低傳播病毒的風險，從而保護個人防護裝備。

醫院環境中的 COVID-19 (COVID-19 in Hospital Settings)

在允許患者使用家用血糖機進行自我檢測之前，照顧 COVID-19 患者的醫療保健提供者要考慮哪些因素？

- 在考慮患者是否應使用家用血糖機檢查自己的血糖時，照顧 COVID-19 患者的醫療保健提供者要考慮其醫院中其他設備的可用性，以獲取及時準確的血糖數據並可以很容易地傳輸或登錄到患者的病歷中。
- 醫療保健提供者還要考慮患者是否能正確執行自我檢測，以及是否願意使用由醫院提供的新型家用血糖機。
- 當患者可能習慣於使用自己的血糖機獲取血糖數據，使用不熟悉的型號可能不會同樣順利。

COVID-19 糖尿病患者如果需要住院，是否可以自帶血糖機來醫院？

- 是的。即使在醫院中，患者進行糖尿病的自我管理使用自己的設備與使用通過標示規範設備結果是一致的。

如果醫院選擇為住院患者配發家用血糖機，該血糖機是否可以同時用於多個患者？

- 不可以。所有標有“**僅供單一患者使用**”的血糖機，無論是由醫院提供給患者還是由患者帶入醫院，都只能由患者使用。標有“**僅供單一患者使用**”的血糖機不得使用在多位患者之間。
- 這種限制對於防止個體之間的感染傳播是必要的，因為這些類型的血糖機不夠堅固，無法承受不止一名患者使用它們所需的清潔和消毒。任何提供給患者的家用血糖機都應由該患者帶回家或在患者出院時丟棄。

可以食用消毒劑作為預防措施嗎？

- 不可以，大眾不應食用或濫用消毒劑。根據疾病預防控制中心的說法，家用清潔劑和消毒劑如果使用不當會導致健康問題。
- 請遵循產品標籤上的說明，以確保安全有效地使用。

我患有糖尿病。疫情期間上班安全嗎？

- 答案取決於與您的健康和特定工作相關的許多因素。
- 您從事的工作類型以及您是否能夠透過穿戴 PPE、在樹脂玻璃防護罩內工作、在戶外工作或遠離他人等措施來降低風險，這些都會影響您的暴露風險。ADA 建議您諮詢您的糖尿病護理團隊以做出決定。

企業已開始在我的社區重新開業。這是否意味著外出安全？

- 隨著社區和企業的繼續開放，許多人正在尋找在盡可能安全的同時恢復一些日常活動的方法。雖然沒有辦法完全消除感染風險，但了解潛在風險和可用的預防措施將幫助您保護自己並減少 COVID-19 的傳播。活動的風險取決於許多因素，尤其是對於那些重症風險增加的人。
- 因素包括：COVID-19 是否在您的社區中傳播？您是否會與生病的人或未戴口罩（可能無症狀）的人有潛在的密切接觸？您是否有採取日常行動來保護自己免受 COVID-19 的侵害？此外，風險因具體活動和社區而異。這就是為什麼在冒險之前考慮您自己的個人情況以及您、您的家人和您的社區所面臨的風險對您來說很重要。

有沒有辦法降低外出時感染 COVID-19 的風險？

- 一般而言，您與他人互動越密切、互動時間越長，COVID-19 傳播的風險就越高。
- 如果滿足以下條件，活動會更安全：您可以與他人保持至少 6 英尺(約1.8公尺)的距離。COVID-19 更容易在彼此相距 6 英尺(約1.8公尺)以內的人之間傳播。他們是在室外空間舉行。通風較少的室內空間風險更大，並且通常更難與他人保持距離。人們戴著口罩。一個或多個人不戴口罩的互動會增加風險。
- 如果 COVID-19 在您的社區中傳播，請採取額外措施與他人保持距離，以進一步降低您接觸這種新病毒的風險。盡可能待在家裡。