



# مرضى السكري

أهمية أخذهم للقاح كورونا  
ومدى تأثير الوباء عليهم



بصحة  
عشة  
@LiveWellMOH

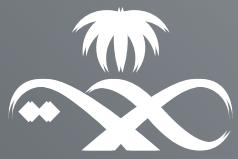


## كورونا ومرحلة ما قبل السكري

### هل الإصابة بمرحلة ما قبل السكري تزيد من خطر الإصابة بكوفيد-19؟

عادة ترتبط الإصابة بمرحلة ما قبل السكري بأمراض مزمنة مختلفة مثل السمنة وارتفاع السكر في الدم مما يؤدي إلى توفير بيئة تناسب الفيروس لينمو فيها وبالتالي تطول مدة التعافي أو ترتفع نسب خطر الإصابة الشديدة لكورونا كوفيد-19.





# كورونا ومرض السكري

## هل الإصابة بالسكري تزيد من احتمالية عدوى كوفيد-19؟

على الجميع الحرص وتطبيق الاحترازات الوقائية لتجنب عدوى كوفيد-19 فاحتمالية الإصابة بالفيروس لمصاب السكري لزيادة عن أي شخص آخر، ولكن عند إصابة مرضى السكري بالفيروس يمكن أن تظهر مضاعفات أشد خاصة إذا لم يتم التحكم بمعدلات السكر في الدم بشكل جيد.





# مضاعفات كورونا ومرض السكري

## هل الإصابة بالسكري يزيد من شدة مضاعفات كوفيد-19؟

نعم، يزيد السكري من خطر الإصابة بمضاعفات كوفيد-19 حسب المعدلات التالية:



### الوفاة:

14.6% معدل الوفيات في المملكة من مصابي السكري بمعدل 6 مرات أكثر مقارنة بالأصحاء



### التنويم:

25% من الحالات مصابين بمرض السكري



# مضاعفات كورونا ومرض السكري

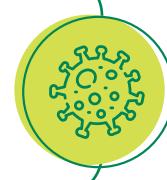
**لماذا المصابين بالسكري أكثر عرضة للإصابة بمضاعفات كوفيد-19 الشديدة؟**

بسبب عدم انتظام مستويات السكر في الدم، أو لحدوث مضاعفات لمرض السكري.

**كما يعزى ذلك لسبعين هما:**

**أولاً:** تأثر الجهاز المناعي نتيجة الإصابة بالسكري، مما يجعل من الصعب محاربة الفيروس ومن المحتمل أن يؤدي إلى فترة تعافي أطول.

**ثانياً:** قد ينمو الفيروس أفضل في بيئة ناتجة عن ارتفاع معدلات السكر في الدم.





# كورونا وأدوية السكري

## هل يجب التوقف عنأخذ أدوية السكري عند الإصابة بكورونا؟

تتسبب الإصابة بكورونا في رفع نسبة السكر في الدم، ويزيد أهمية الالتزام بالأدوية بجرعاتها ومواعيدها والمراقبة الدقيقة لمعدلات السكر بانتظام.





## لقاحات كورونا وأدوية السكري

### هل تؤثر لقاحات كوفيد-19 على فعالية أدوية السكري؟

لا تؤثر على أدوية السكري بأنواعها، والتي تشمل حقن أو مضخة الأنسولين أو الحبوب.

### هل يجب تأخير أو الامتناع عنأخذ أدوية السكري قبل أو بعدأخذ لقاح كوفيد-19؟

لا يجب تأخير أو الامتناع عنأخذ أدوية السكري بل لابد من الالتزام بها ومراقبة معدلات السكري بانتظام.



## لقاحات كورونا وأجهزة قياس السكري

هل يجب إزالة حساس قياس مستوى السكر في الدم  
من دون وخذ قبل أخذ لقاح كوفيد-19؟

لا يجب إزالة الحساس، ويمكن أخذ اللقاح في اليد الأخرى..





## لِقَاحُ كُوْرُونَا وَلِقَاحَاتُ السُّكْرِيِّ الْأُخْرَى؟

ينصح دائمًا مرضى السكري (الأول والثاني) بأخذ لقاح الإنفلونزا الموسمية سنويًا ولا يوجد تعارض بين لقاح كوفيد-١٩ و لقاح الإنفلونزا الموسمية إلا أنه ينصح بالفصل بينهما لمدة أسبوع.





# الوقاية من كورونا لمرضى السكري

كيف يمكن الوقاية من الإصابة بكورونا-19 للمصابين  
بالمرض ( النوع الأول و الثاني )؟



تقليل تناول السكريات  
والكربوهيدرات



تناول نظام  
غذائي متوازن



ضبط معدلات  
السكر في الدم



أخذ اللقاح



تناول البروتينات قليلة  
الدهون مثل: الأسماك  
والبيض واللحوم  
والفاوصوليا



تجنب الأطعمة  
المقلية والفنية  
بالدهون



تناول الخضروات  
الورقية الخضراء



تناول ٢ - ٣ حصص من  
الفواكه في اليوم



تناول الأطعمة الفنية بالألياف ومنخفضة  
مُؤشر السكر ( مثل الخضروات و  
الأطعمة ذات الحبوب الكاملة )



## الإصابة بكورونا لمرضى السكري

عند الإصابة بكورونا-19 ينتج الجسم هرمونات لمقاومة الفيروس مما يسبب ارتفاع معدلات السكر في الدم،  
لذلك لابد من المراقبة الدقيقة والحرص على :



الإكثار من شرب السوائل ( 1 ½ كوب من الماء كل نصف ساعة أو تناول 50 غرام من الكربوهيدرات كل 4 ساعات).

قياس مستوى السكر في الدم كل 4 ساعات ومتابعة النتائج

أخذ أدوية السكري (الحبوب أو الأنسولين) وعدم إيقاف أي منها، وقد تحتاج إلى تعديل الجرعات.



قياس درجة حرارة الجسم

قياس الوزن يومياً، ففقدان الوزن المفاجئ علامة على ارتفاع السكر

الالتزام بمواعيد الوجبات



## كورونا ومعدلات السكر في الدم

### هل تؤثر الإصابة بفيروس كوفيد-19 على مستويات السكر في الدم؟

العدوى تزيد من حاجة الجسم للسوائل، لذا لابد من التأكد من أخذ الكفاية من الماء، وقد يرفع مستوى السكر عند المصابين بالسكري مما يؤدي لحدوث مضاعفات ارتفاع السكر في الدم و الدخول في غيبوبة السكري أو الوفاة لا قدر الله.





## متى يجب على مريض السكري التوجه للطوارئ؟

### يجب التوجه للطوارئ عند ظهور الأعراض التالية:



خسارة 2 كيلو أو أكثر  
خلال فترة المرض



كثرة التبول و عدم  
القدرة على الاحتفاظ  
بالسوائل لأكثر من  
4 ساعات



وجود معدل متوسط  
إلى عالي من الكيتون  
في الدم أو البول (10.8  
ملغ/دسل)



صعوبة في  
التنفس



معدل السكر  
منخفض أقل من 60  
ملغ / دسل



معدل السكر في  
الدم مرتفع أكثر من  
300 ملغ/دسل و  
مستمر و لا ينخفض



عدم القدرة على  
الاحتفاظ بالطعام  
لأكثر من 24 ساعة.



الاستفراغ أو الاسهال  
لأكثر من 6 ساعات



تشوش الرؤية وألم  
البطن



رائحة الأسنان من  
الفم أو تغير طعم  
الفم



الشعور بالنوم أو  
الشعور بتشوش  
التفكير.



درجة حرارة الجسم أكثر  
من 38 درجة مئوية  
لأكثر من 24 ساعة.



## من الأسئلة الشائعة

### ما هي الاحترازات التي يجب على مرضى السكري اتباعها لتقليل احتمالية الإصابة بالعدوى؟



عدم مشاركة الطعام والأدوات مع الآخرين.



تنظيف وتطهير أي أجسام وأسطح يتم لمسها بشكل متكرر.



المحافظة على نسبة السكر في الدم.



أخذ اللقاح وارتداء الكمامات وغسل اليدين والالتزام بالتباعد، واستخدام معقم عند الخروج.



تجنب رحلات العمل غير الضرورية، التجمعات الكبيرة، تجنب المواصلات العامة.



تجنب التواصل بأي شخص تظهر عليه أعراض أمراض الجهاز التنفسي مثل السعال.



تغطية الفم والأفف عند السعال أو العطاس بمنديل أو استخدام ثانية ذراعك.



إذا شعرت بأعراض تشبه الأنفلونزا، ابق في المنزل.



## من الأسئلة الشائعة

### هل احتمالية إصابة مرضى السكري بفيروس كورونا أعلى من أي شخص آخر؟

لا، ولكن يمكن أن تكون المضاعفات أسوأ بعد الإصابة بالفيروس، وخاصة إذا لم يتم التحكم في نسبة السكري.





وزارة الصحة  
Ministry of Health



هل أعجبك هذا الملف؟  
هنا تجد المزيد



@LiveWellMOH



@LiveWellMOH



LiveWellMOH

