

# COVID-19

---

## CUKRINIS DIABETAS

### Informacija ir patarimai

Nuolat atnaujinkite savo žinias apie ligą  
Laikykitės atsargumo priemonių  
Būkite pasirengę, jei susirgsite  
Jei susirgote – kreipkitės pagalbos

- Koronaviruso infekcija 2019 (vadinama COVID-19) yra ūmi kvėpavimo organų liga, kuria užsikrečiama oro lašeliniu būdu sergančiajam kosint, čiaudint, kalbant, fizinio kontakto metu (spaudžiant ranką, apsikabinant, bučiuojantis) ar liečiant užkrėstus daiktus. Dauguma žmonių yra imlūs ir susiklosčius aplinkybėms gali apsikrėsti COVID-19 infekcija.
- Ligai būdingas karščiavimas, kosulys, dusulys ir kiti kvėpavimo sutrikimai, lengvais atvejais liga gali likti besimptomė, sunkiais – sukelti plaučių uždegimą su kvėpavimo nepakankamumu, ūmų respiracinio distreso sindromą, sepsį ar septinį šoką. Daugelis patiria lengvus simptomus ir pagyja, tačiau didžiausias pavojus kyla tuomet, kai nežinodami, kad serga sergantieji užkrečia kitus, todėl apsaugos priemonės yra būtinos kiekvienam.
- **Daugiau informacijos Sveikatos apsaugos ministerijos tinklapyje [sam.lrv.lt](http://sam.lrv.lt)**

## COVID-19 infekcijos eiga yra sunkesnė:

- vyresniems nei 65 m. asmenims ir
- sergantiems lėtinėmis ligomis, taip pat ir 1-ojo ar 2-ojo tipo cukriniu diabetu, dėl diabeto komplikacijų ir lydinčių širdies ir kraujagyslių ligų, inkstų ir kitų ligų bei keblumų infekcijos metu išlaikyti stabilų gliukozės kiekį, ypač, jei diabeto trukmė ilga, gliukemijos kontrolė bloga ir yra diabeto komplikacijų

## COVID-19 INFEKCIJOS POŽYMIAI

### Pasireiškė gripui ar peršalimui būdingi ligos simptomai:

- **Karščiuojate**, krečia drebulys, skauda raumenis
- **Kosite**, peršti ar skauda gerklę
- **Sunku kvėpuoti, dūstate, mėlynuoja lūpos ar veidas**
- **Spaudžia, skauda krūtinę**
- **Silpnumas, nuovargis, išnyko ar nusilpo uoslė**

Turėjote **kontaktą su sergančiuoju COVID-19 infekcija, buvote išvykęs į užsienio šalis, lankėtės gydymo įstaigose**

Skubiai, visą parą skambinkite

- **BENDRAJAM PAGALBOS CENTRUI 112 ir**
- **KARŠTAJA KORONAVIRUSO LINIJA 1808**
  - paminėkite lėtines ligas, kuriomis sergate
  - būkite pasiruošę apibūdinti savo savijautą, išklausykite ir vadovaukitės rekomendacijomis
- Jei esate vienas namuose, informuokite telefonu apie savijautą savo artimuosius.

# KASDIENĖ APSAUGA - LIKITE NAMUOSE!

- Venkite artimo kontakto su sergančiu asmeniu, kurio simptomai panašūs į peršalimo ar gripo simptomus.
- Venkite žmonių minios, susibūrimų, ypač uždaroje patalpose.
- Laikykitės saugaus kontakto - didesnio nei 2 metrų atstumo tarp žmonių ir trumpesnio nei 15 minučių pokalbio.
- Venkite išeiti iš namų be priežasties. Jei išeiti iš namų būtina – užsidėkite veido kaukę ir vienkartinę pirštines.
- Vėdinkite patalpas kas valandą, rūpinkitės buitimi ir švara.

**Jei kosite pats** – laikykitės kosėjimo ir čiaudėjimo etiketo (prisidengkite nosį ir burną nosinaite ar sulenkta alkūne), servetėlę iš karto išmeskite į uždaromą dėžę, užsidėkite veido kaukę; panaudotą kaukę išmeskite, nusiplaukite rankas.

## Laikykitės asmens higienos rekomendacijų:

- dažnai **plaukite rankas** su šiltu vandeniu ir bešarmiu muilu (bent 20 sekundžių) ar naudokite dezinfekcinius skysčius, ypač grįžę namo, prisilietę prie lifto mygtukų, turėklų, durų ir mašinos durų rankenų ir kt., po kiekvieno rankų plovimo tepkite rankas lengvos tekstūros gerai susigeriančiu drėkinančiu kremu be kvapų.
- **nelieskite rankomis veido**, nosies ir akių, nenusiplovę rankų.
- sveikindamiesi nespauskite rankos, venkite apsikabinimų, bučinių.
- valykite ir dezinfekuokite dažnai naudojamus bei liečiamus daiktus ir paviršius (stalą, durų rankenas, jungiklius, turėklus, mobilų telefoną, pultelius, klaviatūrą, kriaukles ir tualetus).
- nesidalinkite su kitais rankšluosčiais, maistu, indais ar valgio įrankiais, akiniais, mobiliu telefonu, makiažo reikmenimis.
- grįžę namo viršutinę aprangą laikykite atskirai, iš karto persirenkite.

## SVEIKATAI NAUDINGA GYVENSENA KARANTINO METU

- Būkite **fiziškai aktyvūs** namuose: būkite aktyvus 30–60 minučių per dieną, kasdien atlikite rytinę mankštą, tempimo, pilateso ar jogos pratimus, naudokite svarelius, kilimėlių, guminių kamuolių, šokite pagal mėgstamą muziką, peržiūrėkite pratimų ar kitus fizinio aktyvumo vaizdo įrašus, įtraukite šeimos narius, tai gera proga pradėti sportuoti.
- Jei esate jaunesnis nei 60 m., išeikite pasivaikščioti į tokias vietas, kur tarp žmonių yra didelis atstumas, **tačiau vyresniems nei 60 m. palikti namų be būtinos priežasties nerekomenduojama.**
- Jei dirbate nuotoliniu būdu namuose, **planuokite dieną ir surašykite darbų sąrašą, laikykitės Jums įprasto dienos ritmo ir dienotvarkės** – nepamirškite daryti pertraukų, stenkitės kas valandą nors kelias minutes pasivaikščioti, pasiražykite, darykite įtūpstus, atlikti keletą tempimo pratimų ir akių mankštą.

- Sulėtinkite gyvenimo tempą, raskite laiko **pailsėti** – snustelkite dieną, skaitykite, spręskite kryžiažodžius, pieškite, megzkite, meistraukite, rūpinkitės augalų priežiūra, klausykite muzikos, pažiūrėkite įtraukiantį filmą ar užsiimkite kita mėgstama veikla.
- **Užsiimkite aktyvia pervargimo ir streso prevencija**, nukreipkite dėmesį, susitelkite į tai, kas vyksta „čia ir dabar“, situacijose išvelkite gerąsias puses ir naujas patirtis, medituokite, išmokite kvėpavimo pratimų, juokitės, mokykitės naujų dalykų, būkite kūrybingi, ugdykite altruizmą, padėkite kitiems – taip padėsite sau patiems.
- Pakankamos trukmės ir kokybiškas **miegas** labai svarbus – stenkitės atsigulti iki 23 val., keltis kasdien tuo pačiu laiku, miegokite 7–8 val. per naktį

**Laikykitės įprasto mitybos režimo, valgykite pusryčius, pietus ir vakarienę kasdien tuo pačiu metu, tokio paties dydžio porcijas, nedidinkite maisto porcijų, valgykite sąmoningai – nepersivalgykite ir nebadaukite. Laikykitės sveikos mitybos principų, valgykite įvairų, šviežią, namuose ruoštą maistą.**

- Jei norisi ar rekomenduojama – galimi 1–2 užkandžiai, tačiau neužkandžiaukite jei nuobodžiaujate.
- Ruošdami maistą laikykitės maisto higienos – gerai nuplaukite vaisius, daržoves, įrankius, maistą pakankamai termiškai apdorokite.
- Vartokite pakankamą skysčių kiekį – 6–8 stiklines vandens, nesaldintų arbatų, jei susirgote COVID-19 infekcija – gerkite daugiau skysčių, kas 15–30 min. po 125–250 ml.
- Ribokite druskos kiekį iki 5 g per dieną, ypač jei sergate arterine hipertenzija, kuo mažiau sūdykite gaminamą maistą, geriau naudokite įvairias džiovintas ir šviežias žoleles, pipirus, valgykite daugiau kalio turinčių maisto produktų (pomidorų, įvairių pupelių, riešutų, avokadų).
- Valgykite spalvingą maistą – kelis kartus per dieną baltos, geltonos, raudonos, mėlynos, violetinės ar žalios spalvos daržoves ir vaisius, daugiau prieskoninių daržovių.
- Pagrindinių trijų valgymų metu išlaikykite optimalų angliavandenių, baltymų ir riebalų santykį: angliavandeniai turėtų sudaryti 45–50% dienos energijos, geriau rinktis turinčius mažą glikeminį indeksą; baltymai 15–20% dienos energijos; riebalai 20–35% dienos energijos, jei turite antsvorio – labai svarbu nedidinti suvartojamų kalorijų kiekio.
- Vartokite sveikuosius riebalus – riebią žuvį, avokadus, riešutus ir sėklas (jei neturite ribojimų dėl šių produktų).
- Kiaušiniai, liesa mėsa, žuvis, pieno produktai (švieži ir rauginti), lęšiai, pupelės ir kiti ankštiniai yra baltymų šaltiniai, šios grupės maisto produktus valgykite kasdien.
- Rinkitės daug skaidulų turinčius maisto produktus (30–50 g per dieną) – daržoves, vaisius, viso grūdo produktus, tai sumažins glikemijos svyravimus.
- Vartokite raugintas daržoves ir pieno produktus.
- Vartokite daug antioksidantų, vitamino C, cinko ir seleno turinčių produktų: visų spalvų daržovių ir vaisių, ankštinių, sėklų, uogų, riešutų (ypač bertoletijų), liesos mėsos, pieno produktų, kiaušinių, viso grūdo kruopų, raugintų ir fermentuotų produktų.
- Vartokite vitamino D papildus. Jei nesuvalgote pakankamai vitamino C turinčių produktų, galite šiuo laikotarpiu gerti vitamino C papildus (gerai įsisavinama yra liposominė forma).
- Nepradėkite staigių mitybos pokyčių – venkite greito svorio mažėjimo, nesiaurinkite mitybos raciono.
- Skaičiuokite ir ribokite greitai įsisavinamų ir aukšto glikeminio indekso angliavandenių kiekį maiste.
- Venkite alkoholio, gazuotų gėrimų, pridėtinio cukraus, riebios mėsos, riebaluose gaminto, skrudinto maisto, produktų, skatinančių dujų susidarymą, konservuoto, rūkyto ir sūdyto maisto.
- Tai bendrosios mitybos rekomendacijos, jei turite kitų gydytojo rekomenduotų mitybos apribojimų, jų būtina laikytis.

# SAVIRŪPA SERGANT CUKRINIŲ DIABETU

## Tinkamai ligos kontrolei svarbu stebėti/matuoti ir registruoti:

- **Gliukozės kiekį** ryte prieš pusryčius, prieš kiekvieną valgį, 2 val. po valgio, prieš miegą, iki/po aktyvios veiklos, įtariant hipoglikemiją, pablogėjus savijautai, fiksuoti hipoglikemijas (kai gliukozės kiekis < 4 mmol/l) ir aptarti rezultatus su gydytoju. Susirgus COVID-19 infekcija, jei švirkščiate insuliną gliukozės kiekį reikėtų matuoti kas 2-3 val.
- **Ketonų kiekį šlapime** (jei sergate 1-ojo tipo diabetu ar gliukozės kiekis >13 mmol/l).
- **Kūno svorį**: svertis ryte, tuo pačiu metu, tomis pačiomis svarstyklėmis, nevalgius ir negėrus, pasišlapinus ir(ar) pasituštinus, dėvint lengvus drabužius (jei valgote normaliai – svorio kritimas gali būti ilgalaikės hiperglikemijos ženklas, aptarkite tai su gydytoju).
- **Vesti mitybos dienyną**, registruoti išgeriamų skysčių ir suvalgomų angliavandenių kieki.
- **Arterinį kraujospūdį** (AKS) ir širdies susitraukimų dažnį (ŠSD) iki 2-3 kartų per dieną tuo pačiu metu, jei turite arterinę hipertenziją ir aptarti rezultatus su gydytoju.
- **Kasdien apžiūrėti pėdas**.
- **Atlikti glikozilinto hemoglobino A1c (HbA1c) tyrimą** kas 3 mėn. planine tvarka, esant galimybei ar pasibaigus karantinui.

## Venkite būklę bloginančių veiksnių:

- piktnaudžiavimo alkoholiu
- maisto, gausaus greitai įsisavinamų ir aukšto glikeminio indekso angliavandenių, persivalgymo
- hiperglikemijos ilgiau nei 24 val.
- hipoglikemiją sukeliančių veiksnių
- vaistų perdozavimo
- ūmių infekcinių susirgimų
- stresinių situacijų, pervargimo ir nemigos

## CUKRINIO DIABETO PRIEŽIŪROS REKOMENDACIJOS

- Labai svarbu, kad **gliukozės kiekio kontrolė ir bendra sveikatos būklė būtų gera** (optimalu, jei gliukozės kiekio svyravimų ribos 4–10 mmol/l, o HbA1c yra mažesnis nei 7%), taip sumažėja ligos paūmėjimo tikimybė ir poreikis vykti į gydymo įstaigą, tad ir tikimybė susitikti sergantį COVID 19 infekcija.
- **Vartokite visus paskirtus vaistus tinkamu laiku ir būdu kasdien, kaip nurodė gydytojas**. Jokiu būdu, net jeigu įtariate užsikrėtęs COVID-19 infekcija, nenutraukite vaistų, nepasitarę su gydytoju. Bet kurios infekcijos metu didėja gliukozės kiekis ir skysčių poreikis, gali tekti didinti vaistų dozę, vartokite daugiau skysčių.
- Jei bus patogiau, **surūšiuokite vaistus** pagal vartojimo laiką ir sudėkite į vaistų dėžutę, pildykite vaistų dienyną, vaistus laikykite vaikams nepasiekiamoje vietoje.
- Kilus klausimų ar pasibaigus vaistų receptams **susisieki su savo gydytoju, kuris nuotoliniu būdu išrašys elektroninius receptus, atsakys į klausimus**.
- Atkreipkite dėmesį, kad vaistai, turintys acetaminofeno (paracetamolio), mažina kai kurių nuolatinio glikemijos matavimo prietaisų tikslumą (dažniau matuokite gliukozės kiekį gliukomačiu).
- Nosies dekongestantai ar steroidai (prednizolonas) gali lemti hiperglikemiją, gausiai vartojamas aspirinas gali mažinti gliukozės kiekį kraujyje, ibuprofenas gali sustiprinti insulino poveikį ir sietis su žemesniu gliukozės kiekiu.
- Svarbu būti pasiskiepijus nuo gripo ir pneumokokinės infekcijos planine tvarka.

# VEIKSMŲ ŠVIESOFORAS

**ŽALIA ZONA (Jūsų diabetas valdomas gerai)** – jei sveikatos būklė stabili, gliukozės kiekis svyruoja 4–10 mmol/l, hipoglikemijų (kai gliukozės kiekis < 4 mmol/l) nėra – tęskite vartojamą gydymą, laikykitės sveikos gyvensenos principų, LIKITE NAMUOSE.

**GELTONA ZONA (kreipkitės pagalbos)** – jei Jūsų savijauta blogėja, ryškėja troškulys, padažnėjo šlapinimasis, atsirado silpnumas, kyla gliukozės kiekis ir 3 dienas iš eilės nevalgius yra > 10 mmol/l, po valgio > 15 mmol/l, matuojant tuo pačiu metu – LIKITE NAMUOSE, tęskite vaistų vartojimą, matuokite glikemiją kas 2 val., gerkite daugiau skysčių, nevalgykite maisto, kuriame gausu greitai įsisavinamų ir aukšto glikeminio indekso angliavandenių. Jei kartojasi hipoglikemijos (kai gliukozės kiekis < 4 mmol/l), jai įvykus hipoglikemijai – laikykitės **15–15 taisyklės**, o hipoglikemijai išvengti visuomet su savimi turėkite greitai įsisavinamų angliavandenių (cukraus, gliukozės tablečių ar kita). Tokiais atvejais – kreipkitės į gydytoją ar slaugytoją diabetologę nuotolinei konsultacijai dėl mitybos, insulino ar kitų vaistų dozės pokyčių, LIKITE NAMUOSE.

**RAUDONA ZONA (skubiai imkitės veiksmų)** – jei savijauta blogėja ženkliai, vargina žymus silpnumas, krenta svoris, intensyvus troškulys, labai dažnas šlapinimasis, acetono kvapas iš burnos, blogas apetitas, pykina ar vemiate, glikemija nevalgius >15 mmol/l ir išlieka tokia ilgiau nei 8–12 val., sunku orientuotis, trūksta oro, apima mieguistumas, ar prarandate sąmonę, gliukozės kiekis < 4 mmol/l, šlapime yra ketonų – gerkite skysčius po 250 ml. kas valandą, skubiai skambinkite savo šeimos gydytojui, gydytojui specialistui ir(ar) **Bendrajam pagalbos centrui 112**. Pajutę negalavimus jokia būdu patys savarankiškai nevykite į gydymo įstaigą dėl COVID-19 infekcijos grėsmės.

## KĄ BŪTINA APTARTI SU GYDYTOJU POKALBIO METU

Aptarkite savo **ligos gydymą ir vartojamų vaistų derinius, ilgalaikės priežiūros ypatumus**, taip pat paklauskite:

- Kokiems simptomams pasireiškus kreiptis pagalbos į gydytoją ar skambinti Bendrajam pagalbos centrui 112
- Kokius vaistus vartoti pakitus temperatūrai ir (ar) atsiradus kitiems gripui ar peršalimui būdingiems simptomams
- Ar keisti ir kaip keisti, jei reikės, vartojamą gydymą, susirgus COVID-19 infekcija
- Kaip elgtis, jei COVID-19 infekcija suserga kartu gyvenantis šeimos narys

# SVARBU

- ✓ Kasdien stebėti savo savijautą, palyginti ją su buvusia diena ir registruoti pokyčius, ypač jei nustatyta COVID-19 infekcija ir esate namuose.
- ✓ Stebėti kokios priežastys blogina savijautą ir vengti susidūrimo su šiais veiksniais.
- ✓ Būti pasirengus „lauknešėlių“ iš būtinausių daiktų, naudojamų vaistų atsargų 2 sav. ir gliukomatį su juostelėmis, jei tektų skubiai vykti į ligoninę. Gydytojai ligoninėse pasiruošę teikti visą reikalingą skubią pagalbą, nepriklausomai nuo užsikrėtimo koronaviruso sukelta infekcija.
- ✓ **Turėti gydančio gydytojo telefoną ir žinoti kur kreiptis pagalbos, jei būklė pablogėja ar kyla klausimų.**
- ✓ Pasirengti pokalbiui su gydytoju ir užsirašyti rūpimus klausimus iš anksto, aptarti situacijas, kada skambinti gydytojui ar slaugytojai diabetologei, kaip dažnai matuoti gliukozės kiekį, kada matuoti ketonų kiekį, kokiai situacijai esant pagal gliukozės kiekį keisti vaistų ir insulino dozę, vartojamą maistą ir jo pobūdį ar fizinį aktyvumą.
- ✓ Jei vartojate SGLT-2 inhibitorius – būtina aptarti jų vartojimo ypatumus ir, tikėtina, jei yra dehidratacija ar diabetinės ketoacidozės pavojus nutraukti susirgus COVID-19 infekcija, ir vėl tęsti vaistų vartojimą, ūmiai būklei praėjus.
- ✓ Vaistus vartoti racionaliai ir sąmoningai, užsirašyti vartojamų vaistų, vitaminų ir maisto papildų pavadinimus ir jų dozę, vartojimo laiką ir ryšį su maistu, kitas svarbias detales.
- ✓ Turėti vaistų, juostelių gliukozės kiekiui matuoti bei insulino pompos dalių atsargų 1 mėn., pagal turimų vaistų kiekį numatyti kitą vizitą pas gydytoją, jei reikia – turėti gliukagono ir juostelių ketonų kiekiui matuoti.
- ✓ Su savimi visuomet turėti greitai įsisavinamų angliavandenių (gliukozės tabletės, saldainiai, cukrus, medus, saldžios sultys) hipoglikemijos profilaktikai, o **įvykus hipoglikemijai laikytis 15–15 taisyklės, t. y. suvartoti 15 g greitai įsisavinamų angliavandenių turinčio maisto kas 15 min. iki 3 kartų, jei gliukozės kiekis < 4 mmol/l išlieka ilgiau – būtina kviesti pagalbą (artimuosius ar skambinti Bendrajam pagalbos centrui 112).**
- ✓ Namuose turėti apsaugos priemonių: muilo ir dezinfekcinio skysčio, veido kaukę, vienkartinių pirštinių.
- ✓ Turėti maisto atsargų 1–3 savaitėms, o prieš einant apsipirkti susirašyti reikiamų produktų sąrašą, kad viešose vietose būtumėte kuo trumpiau (iki 15 min.) ir sumažėtų tikimybė užsikrėsti.

# PSICHOLOGINĖ SAVIJAUTA

- ✓ Atminkite, kad karantinas ir ribojimai yra laikini ir pasibaigs. Net ir esant situacijai, kurios negalime valdyti (galimybės užsikrėsti COVID-19 infekcija, pažeidžiamumo, poreikio saviizoliacijai, kitų žmonių jausmų, nuomonės ir veiksmų, sunkesnio susisiekiimo su medikais, gąsdinančių istorijų ir informacijos žiniasklaidoje, atšauktų renginių ar kt.), **yra daug dalykų, kurie priklauso nuo mūsų, keiskite požiūrį, būkite atviri pokyčiams ir judėjimui pirmyn, nepasimeskite, pasinerkite į dalykus, kuriuos galite valdyti ir pakeisti.** Rūpinkitės savimi, taip jausitės galinčiais susitvarkyti su bet kokiais kylančiais sunkumais.
- ✓ Mokykitės nusiraminti, susidoroti su stresu ir nerimu, atsipalaiduoti, neleisti jausmams Jūsų užvaldyti. Panika ekstremaliomis sąlygomis trukdo tinkamai priimti racionalius ir svarbius sprendimus. Mūsų gyvenimas ir šiomis aplinkybėmis gali būti kokybiškas, įdomus ir spalvingas, reikia mokytis prisitaikyti prie pasikeitusių aplinkybių ir išsaugoti pozityvų požiūrį.
- ✓ Pasikliaukite tik patikima informacija apie COVID infekciją ir savo ligą (pvz.: sam.lrv.lt, www.who.int, www.cdc.gov, www.ecdc.europa.eu), stebėkite nacionalinio transliuotojo rodomas spaudos konferencijas, kurių metu pateikiama aktuali informacija apie padėtį Lietuvoje.
- ✓ Išlikite ramūs, palaikykite vieni kitus, būkite geranoriški, kasdien bendraukite su artimaisiais ir draugais, šypsokitės kalbėdami telefonu, dalinkitės kasdienybėje kylančiais rūpesčiais ar nerimu, savo džiaugsmu ir dėkingumu.
- ✓ Jei negalite palikti savo namų ir nusipirkti būtiniausių prekių ar vaistų (yra išrašyti elektroniniai receptai) – nedvejokite ir kreipkitės tel. 1827 iniciatyva „Stiprūs kartu“.
- ✓ Jei jaučiatės prislėgti ar reikia pagalbos kreipkitės į šeimos gydytoją, psichologą arba psichologinės pagalbos telefonais 116123 (Vilties linija suaugusiems), 8 800 800 20 (Sidabrinė linija senjorams), 8 800 28888 (Jaunimo linija), #padėksau ir kt.

**Būkite sveiki! Saugokite save ir artimuosius!**

Informacija parengta pagal sam.lrv.lt, www.ulac.lt, www.endokrinologai.lt, www.smlpc.lt, ldd.lt, www.who.int, www.cdc.gov, www.ecdc.europa.eu, assets.publishing.service.gov.uk, www.mayoclinic.org, www.diabetesfoodhub.org, www.diabetes.org, www.idf.org, www.diabetes.org.uk, www.diabetesde.org, www.ndss.com.au, www.diabetesaustralia.com.au, www.diabetes.ca, www.ede.gr, www.jdrf.org, www.esehormones.org; Zabulienė L, Rudinskienė E. Gyvensenos ypatumai, sergant 2 tipo cukriniu diabetu. Patarimai pacientams, jų šeimos nariams ir draugams. Vilnius, 2017; peržiūrėta 2020 04 11.

Rekomendacijos gali būti papildytos ar keistis, atsiradus daugiau duomenų, mokslinių tyrimų ir įrodymų apie COVID-19 infekciją ir sąsajas su cukriniu diabetu.

Parengė © doc. dr. Lina Zabulienė, Eglė Bertulytė, Ernesta Gudelytė, Donata Taunytė, Eglė Viršilaitė, Edita Saukaitytė-Butvilė, dr. Sonata Varvuolytė  
©Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas, VšĮ Karoliniškių poliklinika,  
©Vilniaus medicinos draugija, Lietuvos bendrosios praktikos gydytojų draugija  
Dizainerė maketuotoja Mingailė Apulskytė