Coronavirus et diabète : ce qu’il faut savoir

Un nouveau coronavirus (Sars-CoV-2), responsable de la maladie COVID-19 a fait son apparition en décembre 2019 dans la ville de Wuhan en Chine. La Fédération vous informe. 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 alors que les patients atteints de pathologies chroniques et notamment de diabète sont plus exposés surtout après 60 ans.

Point d’information au 3 mars 2020

Les cas d’infection au coronavirus ne cessent de s’étendre et tous les continents sont désormais touchés à des degrés divers. En France, le Gouvernement et les autorités sanitaires se mobilisent pour faire face à la propagation du virus. Une plateforme officielle dédiée au Coronavirus COVID-19 a été mise en place pour répondre aux questions des citoyens et informer sur les consignes officielles à suivre. Dans sa mission d’information et de prévention, la Fédération Française des Diabétiques vous invite à prendre connaissance de ces recommandations et ainsi limiter les risques de contamination. Que sont les coronavirus ? Comment le COVID-19 se transmet-il ? Pourquoi les personnes atteintes de diabète sont –elles plus exposées que d’autres ? Comment s’en prémunir ? Où s’informer ?

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.

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 hydroalcoolique.

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

L’ensemble de la population est exposée 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).

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. Les infections peuvent également déséquilibrer vos glycémies et/ou aggraver certaines complications du diabète déjà présentes. En cas de fièvre, surveillez bien vos glycémies, la fièvre quelle qu'en soit la cause est un facteur de déstabilisation du diabète. Certains d'entre vous craignent des pénuries d'insuline. 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 France, ni en Europe. »*

Quels sont les bons gestes pour s'en prémunir ?
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 ou au savon, ou à défaut, avec une solution hydroalcoolique ;
- Tousser ou éternuer dans un mouchoir jetable, 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 chirurgical en cas d'un retour de séjour dans une zone à risque et si vous êtes malade ou professionnel de santé en contact avec des personnes potentiellement atteintes.

Le vaccin contre la grippe saisonnière protège-t-il contre le Coronavirus COVID-19 ?

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

Que faire en cas de séjour dans des zones à risque* ?

Si vous revenez d'un voyage dans une zone désignée à risque par les autorités, régulièrement actualisées sur le site du Gouvernement , il est recommandé de :
- rester autant que possible chez soi,
- d'éviter toute sortie non indispensable,
- de surveiller l'apparition de symptômes, en prenant notamment sa température au moins 2, fois par jour, pendant les 14 jours suivant le retour.
- Pour les travailleurs/étudiants, le télétravail est à privilégier, dans la mesure du possible, et les contacts proches (réunions, ascenseurs, cantine...) doivent être limités.
- Les enfants, collégiens, lycéens ne doivent pas être envoyés à la crèche, à l'école, au collège ou au lycée, compte tenu de la difficulté à porter un masque toute la journée.

Que faire en cas de doute ?

Si vous avez le moindre doute : retour de voyage d'une zone à risque ou contact avec des personnes en provenance des zones à risque, présence de symptômes évocateurs… :
- Ne vous rendez pas chez votre médecin traitant (vous pouvez le contacter par téléphone ou appeler le 15) ou aux urgences, vous risqueriez soit d'être contaminé, soit de contaminer les autres.
- Appelez le 15 (SAMU) et décrivez votre situation, pour connaître les mesures à suivre.
- Evitez les contacts avec votre entourage et portez un masque.

Ces mesures sont essentielles pour vous protéger, ainsi que vos proches, et limiter la propagation du virus. Suivez les consignes du Gouvernement, lesquelles peuvent évoluer d'un jour à l'autre.

Où trouver les informations et les recommandations fiables ?

Pour tout autre renseignement et complément d'information, consultez les sources officielles mises à jour régulièrement.

- Le site du Gouvernement
https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus

- Le site du Ministère des Solidarités et de la Santé :
https://solidarites-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/maladies/maladies-infectieuses/coronavirus/coronavirus-questions-reponses

- Le site de Santé Publique France
https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/maladies-et-infections-respiratoires/infection-a-coronavirus/articles/infection-au-nouveau-coronavirus-sars-cov-2-covid-19-france-et-monde

Pour toute question **non médicale** vous pouvez également contacter la plateforme téléphonique d'information du Ministère, ouverte 7 j/7j, 24 h/ 24h : 0800 130 000 (appel gratuit).

* *Ces zones à risque sont mises à jour quotidiennement sur le site du Gouvernement :*
https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus