

## Anbefalinger til foresatte/barn med diabetes vedrørende nytt coronavirus - COVID-19 per 14.04.20

1. Hold deg oppdatert og følg anbefalinger fra nasjonale myndigheter (folkehelseinstituttet.no og helsenorge.no).
2. Enkle tiltak kan beskytte deg og andre:
  - a. Vask hendene dine ofte og i minst 30 sekunder med såpe og vann. Tørk hendene grundig etterpå.
  - b. Forsøk å unngå å berøre ansiktet ditt.
  - c. Host eller nys i papir som kastes etter bruk, alternativt i albuen.
  - d. Bruk av ansiktsmaske anbefales ikke utenfor helsetjenesten, unntak er personer som pleier andre familiemedlemmer som er syke.
  - e. Hold fornuftig avstand til andre mennesker. En meter anbefales.
  - f. Unngå håndhilsning og klemmer.
3. Barn og ungdom med diabetes har IKKE økt risiko for alvorlig sykdom på grunn av coronavirus. Erfaringer fra Italia og Kina viser dette tydelig. En spørreundersøkelse blant italienske barnediabetesleger, som til sammen har ansvaret for mer enn 16 000 barn med diabetes, viste at ingen barn med diabetes hadde vært innlagt sykehus på grunn av korona (24. mars).
4. Barn med diabetes må fortsette å regulere blodsukkeret sitt like grundig som før. Det innebærer at de må fortsette å bruke insulinpumpe og/eller insulinpenn, samt følge med på blod eller vevsglukose som vanlig, med kapillære målinger og/eller med glukosesensor. Dette gjelder også barn som er i isolasjon eller karantene.
5. Ved feber og mistanke om smittsom sykdom, følg gjeldende råd for å oppsøke helsehjelp. Det er ikke nødvendig å teste for COVID-19 hvis du ikke trenger innleggelse på sykehus.
6. Om barn med diabetes blir febersyke og får høyere blodsukker enn vanlig er hjemmemåling av ketoner i blodet med ketonstix et svært nyttig hjelpemiddel ved mistanke om syreforgiftning. Slik tolkes blodketonverdien:

Blodketon nivå	Råd
<0,6 mmol/l	Ikke nødvendig å foreta seg noe. Fortsett med måling av glukose som vanlig
0,6- 1,5 mmol/l	Gjenta glukose og ketonmålingene i løpet av 2-4 timer
1,5-3 mmol/l	Det er risiko for utvikling av DKA. Kontakt straks sykehus for råd om behandling
>3 mmol/l	Behov for hurtig behandling Søk straks legehjelp

Hvis du ikke har blodketonmåler kan du måle ketoner i urinen ved bruk av urinstix. Ta kontakt med ditt diabetesteam hvis du trenger hjelp til å tolke resultatene.

NB husk at syreforgiftning skyldes stopp eller altfor lav insulintilførsel og IKKE oppstår uten at det er høyt blodsukker (>12 mmol/l) over noe tid (>6-8 timer).

7. Det kan være aktuelt å utføre rutinemessige kontroller hos lege eller sykepleier v.h.a. telefon eller som videokonsultasjon. Det er i så fall en fordel om dere på forhånd har lastet opp data i Diasend eller lignende. Ta kontakt med ditt diabetesteam dersom du ønsker å diskutere dette.

8. Barn med diabetes bør som alle andre unngå unødvendige reiser, men anbefales å gå i barnehage og skole som andre barn når disse eventuelt åpner.
9. Husk å benytte omsorgsdager («sykt barn-dager») dersom dere har behov for å være hjemme med barna.

Anbefalingene er basert på ISPAD (International Society of Pediatric and Adolescent Diabetes) sine retningslinjer (<https://www.ispad.org/page/CoronavirusinfectionCOVID-19-IIISPADSummary>) og tilpasset norske forhold av Interessegruppe for Barne – og ungdomsendokrinologi i Norsk barnelegeforening og Norsk studiegruppe for barne- og ungdomsdiabetes. Lars Krogvold, 140420.

Se også

ISPAD nettsted:

<https://www.ispad.org>