



Pengurus Besar Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PB PERKENI)



Pengurus Besar Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PB PERKENI)

Pernyataan Resmi dan Rekomendasi Penanganan Diabetes Mellitus di era Pandemi COVID-19

Nomor: 239/PB.PERKENI/IV/2020

Pandemi virus korona yang disebabkan oleh SARS-CoV-2 (penyakitnya disebut dengan COVID-19) telah menginfeksi lebih dari 1 juta orang dari berbagai kalangan diseluruh dunia. Data di Indonesia saat ini juga memperlihatkan kecenderungan yang terus meningkat. Penyakit ini relatif baru, memiliki perjalanan penyakit yang cepat dan sangat mudah menular namun sebagian besar sifat-sifatnya masih belum dipahami. Penelitian tentang virus ini masih berlangsung untuk mengetahui tatalaksana yang paling tepat untuk mengatasinya.

Covid-19 ini bisa menyerang hampir seluruh kalangan usia, namun demikian data yang ada saat ini menunjukkan bahwa kelompok usia lanjut dan orang yang mempunyai riwayat penyakit kronis (ko-morbid) memiliki risiko untuk terkena lebih sering dan dengan komplikasi yang lebih buruk dari penyakit ini. Riwayat penyakit kronis yang dimaksud antara lain adalah hipertensi, diabetes melitus, penyakit kardiovaskuler, dan penyakit paru kronis. Khusus untuk mereka dengan diabetes, merupakan komorbiditas kedua tersering ditemukan, sekitar 8% kasus, setelah hipertensi⁽¹⁾, dan dengan angka kematian tiga kali lipat dibandingkan penderita secara umum (7.3% berbanding 2.3%)⁽²⁾.

Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI) merupakan organisasi seminat dibawah Ikatan Dokter Indonesia (IDI) turut bergabung di garda terdepan untuk memberikan pelayanan secara langsung kepada pasien terdampak sekaligus memastikan agar individu dengan penyakit kronis, khususnya diabetes melitus dapat tetap mendapatkan hak-nya untuk memperoleh pelayanan medis sesuai standard. Untuk itulah, kami menilai pentingnya menyampaikan pedoman dan rekomendasi kepada pasien diabetes (yang selanjutnya disebut dengan diabetisi) dan juga seluruh petugas medis terutama dokter, antara lain dokter umum dan dokter spesialis penyakit dalam yang melayani pasien agar tetap dapat memberikan pelayanan terbaik selama krisis COVID-19 ini.



Pengurus Besar Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PB PERKENI)



Diabetes Melitus dan COVID-19

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu faktor risiko meningkatnya keparahan infeksi COVID-19. Diabetisi yang berusia lebih tua (>60 tahun), kadar gula darah tidak terkontrol, dan adanya komplikasi diabetes dikaitkan dengan prognosis COVID-19 yang buruk. Di China, persentase tingkat kematian diabetisi yang terdiagnosa COVID-19 adalah 7.3%⁽³⁾. Di Italia, kematian pada pasien Covid-19 ternyata 36% berkaitan dengan diabetes⁽⁴⁾. Laporan dari *Philippine - Department of Health (DOH)* menunjukkan bahwa diabetes dan hipertensi merupakan komorbid terbanyak pada kematian pasien COVID-19 di Filipina⁽⁵⁾.

Rekomendasi untuk diabetisi dalam mencegah COVID-19:

1. Sering mencuci tangan dan hindari menyentuh wajah.
2. Diabetisi harus tinggal di rumah dan menjaga jarak. Kurangi paparan terhadap orang yang berpotensi sebagai karier virus.
3. Jika terpaksa keluar rumah maka pastikan untuk selalu menggunakan masker dengan bahan dasar kain.
4. Teruskan konsumsi obat oral maupun injeksi.
5. Tetap jaga pola makan yang sehat dan seimbang. Hal ini harus diimbangi dengan olahraga yang cukup.
6. Cek gula darah secara teratur. Jika merasa tidak enak badan, cek kemungkinan hipoglikemia.
7. Hubungi dokter anda untuk instruksi selanjutnya.

Mencuci tangan sangat disarankan dan harus dibiasakan. Untuk diabetisi ini adalah keharusan karena mereka memegang obat mereka, baik oral maupun injeksi. Tindakan ini sederhana namun sangat penting dalam mencegah penularan infeksi.

Diabetisi sangat dianjurkan untuk berada di dalam rumah dan hanya keluar rumah jika ada keperluan yang sangat penting. Jika harus keluar rumah, dianjurkan untuk menjaga jarak 1 meter. Langkah-langkah ini akan mengurangi paparan terhadap COVID-19. Jika ada kegiatan yang mengharuskan untuk keluar rumah, pastikan untuk selalu menggunakan masker dari kain, bukan masker bedah atau masker N95 yang dikhususkan untuk tenaga medis. Penggunaan masker dari kain sebaiknya tidak lebih dari 4 jam dan setelahnya bisa dicuci dengan direndam air sabun.



Pengurus Besar Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PB PERKENI)



Jika ada masalah kesehatan, disarankan kepada diabetisi untuk menghubungi dokter fasilitas kesehatan tingkat pertama (FKTP) atau jika sedang rawat jalan di rumah sakit dapat menghubungi dokter spesialis penyakit dalam. Pertemuan langsung di klinik sebaiknya dihindari karena meningkatkan risiko terpapar selama diruang tunggu (dokter atau apotek). Bagi diabetisi peserta program jaminan kesehatan nasional (JKN/BPJS) bisa memanfaatkan aplikasi “Mobile JKN Fasilitas Kesehatan” untuk melakukan komunikasi dan konsultasi melalui aplikasi mobile JKN bagi peserta. Selain itu BPJS kesehatan juga memfasilitasi untuk pemberian obat satu bulan lebih awal di apotek PRB maupun instalasi farmasi rumah sakit⁽⁶⁾. Untuk diabetisi non JKN, sebisa mungkin mencari informasi mengenai pelayanan sistem daring/online yang diberikan rumah sakit. Kami menyarankan untuk pengambilan obat dilakukan untuk dua atau tiga bulan kedepan guna memastikan ketersediaan obat dirumah.

Gula darah yang tidak terkontrol merupakan predisposisi diabetisi untuk menderita infeksi yang parah. Untuk menghindari hal tersebut, kontrol glikemik yang ketat harus diterapkan setiap saat. Sangat disarankan untuk memiliki alat pemeriksa glukosa darah mandiri sehingga anda dapat melakukan pengecekan glukosa darah dirumah. Individu dengan diabetes disarankan untuk mengonsumsi asupan diet yang tepat dan latihan fisik di rumah. Hal ini dapat meningkatkan kontrol glikemik dan mengurangi risiko infeksi.

Rekomendasi untuk diabetisi dengan infeksi COVID-19:

1. Cari pertolongan medis secepatnya jika ada gejala pernapasan mirip infeksi COVID-19. Asesmen dan rekomendasi yang tepat harus diikuti.
2. Teruskan obat oral atau injeksi, jika gejala infeksi ringan atau sedang dengan kadar gula darah yang stabil.
3. Tetap cek kadar gula darah secara teratur. Jika merasa tidak enak badan, cek kemungkinan hipoglikemia.
4. Jika keadaan memburuk, cari pertolongan gawat darurat.

Semua diabetisi, mungkin akan mengalami fluktuasi atau memburuknya kontrol glikemik. Disarankan untuk melakukan pemeriksaan kadar gula darah dengan ketat, minimal 2-3 kali per hari, untuk mengamati dan memperhitungkan fluktuasi gula darah selama sakit.



Pengurus Besar Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PB PERKENI)



Jika diabetisi kemungkinan mengalami gejala COVID-19, seperti demam, batuk, sesak napas, nyeri sendi atau tubuh (myalgia), dan/atau diare, hubungi segera penyedia layanan kesehatan untuk mencari saran tindakan apa yang harus dilakukan untuk mencegah kerusakan kontrol glikemik. Pada kasus sedang-berat, hipoglikemia berat, atau hiperglikemia dengan penurunan kesadaran, konsultasi darurat sangat dibutuhkan. Untuk itu, cari dan catat nomer telpon atau kontak rumah sakit yang berada disekitar anda (sebagian besar rumah sakit memiliki nomer kontak /HOTLINE yang bisa dihubungi saat kondisi darurat)

Rekomendasi untuk penyedia layanan kesehatan:

1. Dalam kondisi *physical distancing* seperti saat ini, sangat disarankan bagi dokter untuk menyediakan sarana komunikasi dengan pasien diabetes untuk perawatan lanjut (konsultasi jarak jauh). Beberapa rumah sakit sudah menyediakan fasilitas konsultasi jarak jauh ini yang diperuntukkan untuk pasien kontrol dan BUKAN untuk pasien baru.
2. Pada pasien rawat jalan: diskusikan masalah titrasi insulin, hipoglikemia dan hiperglikemia.
3. Pada pasien rawat inap:
 - a. Semua dokter harus memakai APD yang layak ketika melihat PDP atau positif COVID-19
 - b. Pasien dengan tanda vital stabil diperbolehkan untuk cek gula darah mandiri dengan pantauan perawat atau dokter.
 - c. Pasien dengan tanda vital stabil diperkenankan untuk minum obat atau menyuntik insulin sendiri dengan pantauan perawat atau dokter.

Kami merekomendasikan kepada RS dan klinik untuk dapat mengoptimalkan sarana komunikasi dan konsultasi jarak jauh seperti email, *whatsapp*, *videocall*, dan telepon sebagai sarana konsultasi pasien agar mendapatkan saran medis dan perawatan selanjutnya dari dokter. Kami menganjurkan dokter untuk memfasilitasi pasien untuk berkomunikasi terkait masalah penggunaan obat anti diabetes, titrasi insulin, hipoglikemia, dan hiperglikemia. Terutama pada diabetisi dengan gula tidak terkontrol.



Pengurus Besar Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PB PERKENI)



Di rumah sakit, seluruh dokter direkomendasikan untuk memakai APD yang layak ketika melihat PDP dan pasien positif COVID-19. Untuk mengurangi paparan petugas kesehatan terhadap COVID-19, PDP dan pasien positif COVID dengan tanda vital dan oksigenasi yang stabil dianjurkan untuk memantau gula darah dan minum obat anti-diabetes mereka sendiri, dan menyuntik insulin sendiri, dengan pantauan secara visual oleh perawat atau dokter.

Jakarta, 7 April 2020

Ketua Umum



Prof. Dr. dr. Ketut Suastika, SpPD-KEMD

Sekretaris Umum



Dr. dr. Em Yunir, SpPD-KEMD

Referensi

1. Yang J et al. Prevalence of comorbidities in the Novel Wuhan Coronavirus (COVID-19) infection: a systematic review and meta-analysis. *Internat J Infect Dis* (2020), doi:<https://doi.org/10.1016/j.ijid.2020.03.017>.
2. Wu Z and McGoogan JM. Characteristics of and Important Lessons From the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak in China. *JAMA* Published online February 24, 2020. <https://jamanetwork.com/> on 02/24/2020.
3. Novel coronavirus pneumonia emergency response epidemiology team. Vital surveillance; the epidemiology of characteristic of an outbreak of 2019 novel coronavirus disease (COVID-19)-China, 2020 china CDC weekly.
4. Onder G, Rezza G, Brusaferro S. Case-fatality rate and characteristic of patients dying in relation to COVID-19 in Italy. *JAMA* 2020; Mar 23.
5. Phillipines Departement of Health Information, 2020.
6. Surat Edaran Direktur Jaminan Pelayanan Kesehatan BPJS Kesehatan nomor 14 tahun 2020 tentang pelayanan kesehatan bagi peserta JKN selama masa pencegahan corona virus disease 2019.