

Ghid de gestionare a diabetului tip 1 în situațiile de urgență (dezastre naturale și conflicte armate)



Gestionarea unei condiții de dependență față de medicamente și dispozitive medicale vitale necesită aplicarea unui protocol specific. Esența acestuia constă în păstrarea la îndemână a unui set de urgență, securizarea lanțurilor de aprovizionare cu insulină și, în zonele de conflict, gestionarea penuriei severe de resurse și a riscului crescut de cetoacidoză diabetică (CAD).

1. Pregătirea pre-dezastru

- a) Setul de urgență trebuie pregătit, verificat trimestrial și păstrat într-un container securizat și ușor de transportat.
- b) Stocul de Insulină: o rezervă minimă de insulină bazală (cu acțiune lentă) și prandială (cu acțiune scurtă/rapidă) pentru 2-4 săptămâni va fi depozitată într-o geantă frigorifică (sursă de răcire) de dimensiuni mici.
- c) Monitorizarea glicemiei și administrarea insulinei: senzori de glicemie de rezervă, aplicator, plasturi, power banks, seturi de infuzie, catetere, seringi, ace pentru stiloul injector și un glucometru de rezervă cu un număr suficient de teste, lanțete, transmițător și încărcător, baterii pentru pompă de insulină și încărcător.
- d) Siguranța datelor medicale: o copie laminată a rețetelor, o brățară de identificare medicală și o scrisoare medicală, care să conțină contactele de urgență și schema de insulinoterapie, terapie nutrițională, inclusiv, factorii insulină:glucide (ICR) pe mese, de sensibilitate la insulină (ISF) de zi și noapte.
- e) Hipoglicemie și nutriție: stoc suficient de plicuri de zahăr, tablete sau gel de glucoză și gustări neperisabile (batonașe de cereale, fructe uscate, pesmeți, conserve proteice, etc)..
- f) Apă: o rezervă de apă îmbuteliată pentru cel puțin 3 zile, pentru a evita consumul de apă contaminată.

2. În timpul dezastrului

- a) Securizați imediat toate stocurile de insulină, chiar dacă acest lucru implică renunțarea la alte bunuri personale.
- b) Gestionarea insulinei (lipsa energiei electrice): nu aruncați insulina neutilizată, dacă aceasta se încălzește. În condiții de urgență, este sigur să utilizați insulină expirată sau care nu a fost păstrată la rece, deși eficacitatea acesteia poate fi diminuată.
- c) Controlul glicemic: anticipați fluctuații semnificative ale glicemiei cauzate de stres și de opțiunile alimentare limitate. Testați glicemia frecvent pentru a detecta precoce hiperglicemia sau hipoglicemia.
- d) Testarea corpurilor cetonici: monitorizați frecvent riscul de cetoacidoză diabetică (CAD), utilizând teste de cetonurie (urină) sau cetonemie (sânge).
- e) Relocarea: în caz de evacuare, prioritizați deplasarea către o locație care dispune de un spital sau facilități medicale funcționale.

3. Lanțul de aprovizionare de urgență

În zonele de conflict, lanțurile convenționale de aprovizionare se prăbușesc, fiind necesare strategii alternative:

- a) Distribuție descentralizată: utilizarea mijloacelor locale de transport de mici dimensiuni (microbuze) pentru a ocoli infrastructura distrusă sau blocată.
- b) Registre digitale: utilizarea dosarului electronic de sănătate și a telemedicinii pentru a conecta pacienții cu furnizorii de servicii medicale aflați la distanță.
- c) Suportul organizațiilor neguvernamentale: contactarea celor specializate pentru obținerea consumabilelor și a medicației de urgență.

4. Recuperarea post-dezastru

- a) Accesul la servicii de sănătate: solicitați asistență medicală imediată pentru depistarea eventualelor infecții (în special, în cazul unor leziuni cutanate) și pentru stabilizarea valorii hemoglobinei glicozilate (HbA1c), care tinde să crească semnificativ în perioadele de criză.
- b) Verificarea consumabilelor: reevaluați și completați stocurile din setul de urgență, înlocuind elementele expirate, deteriorate sau utilizate.
- c) Reevaluarea insulinei: asigurați-vă că rezervele de insulină nu au fost expuse la temperaturi extreme pentru perioade îndelungate, fenomen care poate denatura proteina și scade eficacitatea terapeutică.

Răspunsul la schimbările climatice

În contextul schimbărilor climatice și a riscurilor sociale asociate, proiectarea soluțiilor incluzive pentru persoanele cu condiții medicale cronice și complicate cu dizabilitate este foarte importantă.

- a) Strategia națională de răspuns la schimbările climatice 2023-2030 este un plan-cadru general de intervenție, care nu consideră vulnerabilitățile persoanelor cu condiții medicale cronice și cu dizabilitate, inclusiv, invizibile (peste 900, care pot fi identificate prin purtarea simbolului "floarea soarelui").
- b) Acum zece ani, se estimau pierderi de 600 mln de dolari (6,5% din PIB-ul Republicii Moldova), în lipsa unui plan de intervenții ca răspuns la intemperiiile naturii (inundații, polei, secetă extremă, cutremur, radiații, etc), dar și conflictele armate (adăposturile subterane au devenit debarale, aflate în proprietatea locatarilor blocurilor).
- c) Un studiu asupra promptitudinii intervențiilor în cataclisme naturale, inclusiv, asupra unei cote de 20% de persoane cu deficiențe locomotorii și vizuale, a arătat un timp crescut de evacuare cu 50%.
- d) Creșterea cu 1°C a temperaturii caniculare corelează cu o creștere de 6% a riscului de violență interumană.
- e) Corelația dintre schimbările climatice, gen, vârstă și dizabilitate identifică vulnerabilități asociate fiziologiei umane, nevoilor speciale de mobilitate și acces fizic; condițiilor medicale cronice (acces la medicamente și dispozitive medicale vitale, potrivit Listei actualizate a medicamentelor critice a UE/Listei OMS a medicamentelor esențiale - 270 de substanțe active); sistemelor accesibile de alertă: serviciul MDAlert nu este valabil în Moldova.

Resurse utile

- Asociația Tinerilor cu Diabet DIA, „Colecția Insulină & pentru Viață”
- Crucea Roșie din Moldova

Referințe:

1. DRC (2024). National Preparedness Month & T1D Care, Diabetes Research Connection, Sep. 18, 2024.
2. Keystone Moldova (2026). Schimbările climatice și riscurile sociale: proiectarea soluțiilor incluzive, atelier de instruire, 10 martie 2026, Keystone Moldova, Fondul Integrat de Securitate al Regatului Unit.