

CORONA/COVID19 - HVAD KAN DU SELV GØRE

. Følg nøje sundhedsmyndighedernes anvisninger om at udvise god håndhygiejne, holde afstand og så vidt muligt blive hjemme for at minimere smitterisikoen.

. Sørg for at have tilstrækkelig forsyning hjemme af din addisonmedicin, så du har nok, hvis du i en periode skal øge dosis.

. Hav din nødtaske med krisekort og SoluCortef parat. Hvis du ikke har SoluCortef derhjemme, kontakt din læge og få det udleveret

. Se foreningens hjemmeside, hvor du kan udprinte en folder med instruktioner til, hvordan SoluCortef indsprøjtes. Læg denne sammen med nødtasken.

. Du kan også på hjemmesiden se foreningens animationsfilm, der viser, hvordan man gør

. På foreningens hjemmeside kan du også downloade og udprinte et stress-skema/Vejledning i hydrokortisonbehandling for at forhindre en Addison krise

. Aftal med din partner, hvad der skal gøres i en nødsituation.
Se hertil foreningens animationsfilm "Pårørende og addisonkrise".

. Hvis du lever alene eller er alene med mindre børn, må du alliere dig med familie, venner eller en god nabo, som du eller børnene kan kontakte i en nødsituation. Forinden bør du informere vedkommende om, hvad Addison er (evt. ud fra foreningens infografiks, som du kan downloade og udprinte fra hjemmesiden, eller ud fra vores infobog) og sammen se animationsfilmen "Pårørende og addisonkrise". Vedkommende skal også vide, hvor du har din nødtaske, vejledning i injektion, navn og nummer på din læge, hvilket hospital du tilhører og at der skal ringes 1 1 2, hvis det er uden for hospitalets normale åbningstid.

. Hvis du får feber og symptomer på Covid19, skal du straks følge lægens råd på vores hjemmeside: **sikre rigeligt væskeindtag samt øgning af Hydrokortison med dobling ved 38 grader, 3-dobling ved 39 grader og 4-dobling ved 40 grader. Hvis der tilstøder opkastninger eller diarre, skal man som altid søge læge, og evt. akut indlæggelse. Det samme gør sig gældende ved åndenød. Ved ventetid på lægelig vurdering, tilrådes SoluCortef 100 mg i musklen. Husk at vise KRISE-KORTET.**

. Hvis du er i tvivl om noget, så kontakt din læge. Hellere en gang for meget end en gang for lidt.

Med de bedste hilsner
BESTYRELSEN