

Diabete

MISSIONE EDUCAZIONE GLOBALE



Le complicanze microvascolari del diabete

Un cattivo controllo del diabete, con glicemia costantemente elevata, porta, a lungo andare, a un'alterazione delle arterie, che si traduce in una sofferenza dei tessuti che queste dovrebbero nutrire. I principali danni si verificano a livello delle piccole arterie (da cui il nome di microangiopatia) di occhio, reni, nervi.

Si possono evitare?

Una corretta cura del diabete previene l'insorgenza delle complicazioni o, se queste fossero già presenti, ne rallenta la progressione.

Che disturbi danno? Si possono curare?

Spesso non compaiono disturbi importanti, fino a quando i danni non sono già molto avanzati. Se scoperte in fase iniziale, possono essere curate efficacemente. Se non sono riconosciute in tempo, possono compromettere la qualità della vita. Non sottoporsi a controlli regolari è come nascondere la testa sotto la sabbia.



Occhio: retinopatia diabetica

La retina, situata nella zona profonda dell'occhio, è la parte dove avviene la cattura delle immagini. La lesione delle arterie del fondo dell'occhio e della retina causa un danno definitivo ad alcune zone dedicate alla visione.

Fino a quando i danni non sono molto estesi non si avvertono disturbi: è possibile avere una lesione grave alla retina senza notare una diminuzione della vista.

Se la retinopatia porta ad una riduzione della vista, il rischio è la cecità.



Attenzione: l'esame della vista non serve per scoprire una retinopatia diabetica. Non è un problema di occhiali, bisogna esaminare il fondo dell'occhio!

L'esame del fondo dell'occhio

Si esegue molto semplicemente, in pratica, con una pila e una lente di ingrandimento. Permette di scoprire lesioni iniziali alla retina, che possono essere curate con il laser, prima che la zona sofferente si estenda. La terapia con il laser evita il peggioramento delle lesioni in atto ma non previene l'insorgenza di nuove lesioni: rimane la necessità di curare bene il diabete.

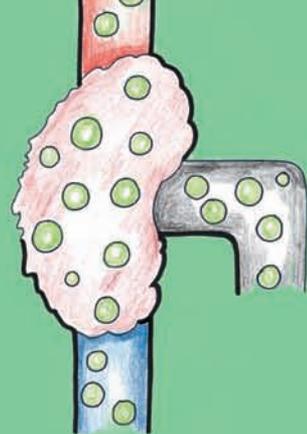
L'esame del fondo dell'occhio va ripetuto ogni anno

Reni: nefropatia diabetica

I reni hanno la funzione di "depurare" il sangue; i danni alle piccole arterie dei reni causano il cattivo funzionamento dei reni (insufficienza renale) con accumulo nel sangue di sostanze di rifiuto. Un'insufficienza renale di solito non dà grandi disturbi fino a quando non è molto grave; il risultato finale, però, può essere la dialisi.

L'**azotemia e la creatininemia** sono due esami del sangue che valutano la funzionalità renale. Se normali, significa che i reni funzionano bene.

La **microalbuminuria** è la ricerca di quantità minime di albumina nelle urine: se presente significa che i reni sono sofferenti (non ancora danneggiati in maniera grave), e che potrebbero ammalarsi in futuro. La presenza di microalbuminuria è un campanello d'allarme. Il primo segno di sofferenza dei reni infatti è la comparsa di albumina (è una proteina del sangue) nelle urine: i reni danneggiati non riescono più a trattenerla nel sangue. L'analisi si esegue semplicemente con un esame delle urine.



La microalbuminuria, l'azotemia e la creatininemia vanno controllate una volta all'anno.

Alcuni farmaci hanno un'azione protettiva a livello dei reni; possono essere usati per curare la nefropatia diabetica. Il buon controllo del diabete evita il danno renale. Oltre che dal diabete, i reni sono danneggiati anche da valori elevati di pressione arteriosa (ipertensione).

È indispensabile che il diabetico controlli molto bene la pressione: dovrebbe essere molto bassa, inferiore a 130/85.

Nervi: neuropatia diabetica

Se il diabete danneggia i nervi delle gambe e dei piedi, si verifica una diminuzione della sensibilità; perciò è possibile procurarsi ferite o lesioni della pelle (che causano ulcere e infezioni pericolose) senza avvertire dolore.



È indispensabile una buona igiene quotidiana dei piedi. Non ferirsi tagliando le unghie, e controllare sempre che non vi siano vesciche o ferite; se queste fossero presenti, vanno curate subito come se fossero malattie molto gravi (prima che lo diventino!).

In altri casi possono comparire formicolii e dolore ai piedi o alle gambe, specie a riposo o di notte. Vi sono farmaci efficaci nel controllare i disturbi. Nel maschio diabetico, infine, il danno ai nervi del sistema nervoso autonomo può causare impotenza. In alcuni casi un buon controllo della glicemia migliora la situazione; se questo non fosse sufficiente è possibile affrontare il problema con farmaci specifici.

Le complicanze: se curi il diabete le puoi evitare, se le conosci le puoi curare

