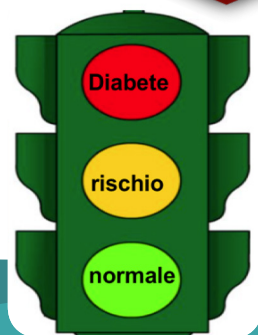


La Diagnosi di Diabete

La diagnosi di diabete può essere fatta con il riscontro dei valori riportati in tabella.



Glicemia venosa a digiuno	Curva da carico orale di glucosio	Emoglobina glicosilata
Diabete 126 mg/dl	Diabete 200 mg/dl	Diabete 6,5%
Alterata Glicemia a digiuno 100 mg/dl	Intolleranza al Glucosio 140 mg/dl	A rischio 5,7%
Normale 70 mg/dl	Normale 70 mg/dl	Normale 4,0%



Valori di glicemia a digiuno compresi tra 100 e 125 mg/dl (alterata glicemia a digiuno) oppure valori glicemici compresi tra 140 e 200 mg/dl in corso di curva da carico orale di glucosio (alterata tolleranza ai carboidrati) o valori di emoglobina glicosilata compresi tra 6,0% e 6,5% rappresentano classi di rischio per diabete.

FATTORI DI RISCHIO PER IL DIABETE

- Sovrappeso o obesità (indice di massa corporea uguale o superiore a 25 kg/mq²)
- Familiarità di 1° grado per diabete
- Ipertensione arteriosa
- Livelli di colesterolo HDL inferiori a 35 mg/dl
- Livelli di trigliceridi > a 250 mg/dl
- Steatosi epatica non alcolica
- Presenza di malattia cardiovascolare
- Emoglobina glicosilata (HbA1c) superiore o uguale a 5,7% (39 mmol/ml)
- Riscontro di alterata glicemia a digiuno (IFG) o intolleranza al glucosio (IGT)
- Nella donna: parto di un neonato di peso > a 4 KG; sindrome dell'ovaio policistico.

RIVOLGITI ALLA TUA ASL

Se vuoi saperne di più o approfondire la conoscenza dei tuoi fattori di rischio rivolgiti al tuo medico curante o alla **Strutture Diabetologiche della ASL Roma 2** aperte nei giorni e negli orari riportati qui sotto:

Centri Diabetologici territoriali

4 Distretto

Largo De Dominicis, 7 orario dal lunedì al venerdì ore 8.00, 14.00; mercoledì e giovedì ore 14.00-18.00

5 Distretto

Via N. Forteguerra, 4 orario martedì ore 13.00-19.00; mercoledì ore 8.00-17.00; sabato ore 8.00-13.00

6 Distretto

Via Tenuta di Torrenova, 128 orario lunedì ore 8.00-17.30; martedì ore 8.00-13.30; mercoledì ore 8.00-18.00; giovedì ore 8.00-19.00; venerdì ore 8.00-15.00

7 Distretto

Via Antistio 15 orario lunedì ore 8.00-14.00; martedì ore 8.00-16.00; mercoledì ore 8.00-17.00; giovedì ore 8.00-15.00; venerdì ore 8.00-13.00

9 Distretto

Via Sabatini, 9 orario lunedì ore 8.00-17.30; martedì ore 17.00-19.00; mercoledì 8.00-13.00; giovedì ore 9.00-12.00; venerdì 8.00-12.00;

Strutture Ospedaliere

Ospedale Sandro Pertini

UOC Diabetologia orario dal lunedì al venerdì ore 9.00 - 12.00

Ospedale CTO

UOC Endocrinologia Transmurale Via San Nemesio, 28 orario dal lunedì al venerdì ore 8.00 - 12.30

Ricorda che i centri diabetologici della ASL Roma 2 sono a disposizione in tutti i giorni dell'anno, per informazioni visita il sito www.aslromaz.it o chiama il ReCup allo 06.99.39.

COS'È IL DIABETE?

Con il nome 'diabete' o 'diabete mellito' si identifica una serie di malattie determinate da una mancata produzione o da un'alterata azione dell'insulina. L'insulina è un ormone prodotto dalle cellule Beta del pancreas che permette il passaggio del glucosio dal sangue alle cellule dei tessuti. Una mancata produzione e/o un'alterata azione dell'insulina determinano un aumento eccessivo del glucosio nel sangue (iperglicemia) che è il punto in comune dei vari tipi di diabete. Quello più frequente è il diabete di tipo 2 ma non meno importanti sono il diabete di tipo 1 e quello gestazionale. Vi sono poi altre forme specifiche e più rare di diabete su base genetica oppure secondarie ad altre patologie.

DIABETE DI TIPO 1

Il diabete tipo 1 (DM1) è causato da distruzione selettiva su base autoimmunitaria delle cellule del pancreas che producono l'insulina, per cui si realizza una carenza assoluta di questo ormone. La persona colpita deve quindi assumere dall'esterno l'insulina di cui ha bisogno. Colpisce più frequentemente le persone in età infantile o giovanile. Esiste anche una variante che ha decorso più lento e compare nell'adulto definita LADA, (*Latent Autoimmune Diabetes in Adults*).

DIABETE DI TIPO 2

La forma più frequente di diabete (90% dei casi) è detta diabete di tipo 2 (DM2) e si caratterizza per la presenza di insulinoresistenza che inizialmente può anche indurre un aumento della produzione di insulina (iperinsulinemia) ma nel tempo porta ad un deficit parziale di produzione dell'ormone (insulinocarenza). Il termine insulinoresistenza definisce una inefficace azione dell'insulina dovuta ad un'eccessiva presenza di tessuto adiposo, per questo il diabete tipo 2 colpisce prevalentemente persone in sovrappeso o obese.

DIABETE GESTAZIONALE

Il diabete gestazionale è una forma di diabete che si manifesta in gravidanza generalmente nel secondo o terzo trimestre e che, nella maggior parte dei casi regredisce dopo il parto. La terapia è solo la dieta e se questa non è sufficiente bisogna associare l'insulina che è il solo farmaco per il diabete consentito in gravidanza. Essendo causato da difetti funzionali analoghi a quelli del diabete di tipo 2, in alcuni casi, in mancanza di adeguate strategie di prevenzione come la riduzione dell'eccessivo peso corporeo, può ripresentarsi a distanza di tempo come diabete mellito di tipo 2.

SINTOMI COMUNI DEL DIABETE

- Necessità di urinare spesso e abbondantemente
- Frequente sensazione di sete
- Forte senso di fame anche dopo aver mangiato
- Forte sensazione di affaticamento
- Alterazione della capacità visiva con visione sfocata o sdoppiata
- Perdita di peso - anche se si sta mangiando di più
- Formicolio, dolore o intorpidimento delle mani/dei piedi (tipo 2).

Il diabete mellito è una malattia subdola che, se non curata o trascurata, può portare nel tempo a gravi complicanze agli occhi, ai reni, alla circolazione, al cuore e al sistema nervoso periferico.

Viceversa il riconoscimento precoce e un buon controllo del diabete ottenuto attraverso uno stile di vita adeguato ed una cura appropriata consentono di evitare l'insorgenza di complicanze ed ottenere una normale aspettativa e qualità di vita.

Il diabete tipo 2, che è la forma più comune, si può prevenire con uno stile di vita sano e una riduzione del sovrappeso. Se sei un soggetto a rischio parlane con il tuo medico!

