

DIABETE E IPERGLICEMIA



Il glucosio è fondamentale per l'organismo poiché è il nutriente essenziale per tutte le cellule che lo prelevano direttamente dal sangue. La principale fonte di glucosio risiede negli alimenti in misura minore, il glucosio può anche essere sintetizzato ex novo a partire da proteine e lipidi all'interno dell'organismo stesso.

Il corpo umano possiede un sistema di regolazione intrinseco che consente di mantenere relativamente costante la concentrazione di glucosio nel sangue durante l'arco della giornata.

La regolazione del glucosio nel sangue (glicemia) avviene ad opera di due categorie di ormoni: gli ipoglicemizzanti, che abbassano la glicemia, e gli iperglicemizzanti, che la innalzano.

Le persone con diabete possono avere problemi di produzione o efficacia dell'azione del principale ormone ipoglicemizzante, ovvero l'INSULINA.

Per questo motivo il glucosio invece di essere utilizzato dalle cellule, rimane nel sangue, causando IPERGLICEMIA.



DIABETE E IPER

Cos'è l'iperglicemia?

Quando la glicemia raggiunge valori elevati si parla di **IPERGLICEMIA**.

Conosci i valori dei tuoi target glicemici?

Ogni persona con diabete deve cercare di mantenere i propri valori glicemici entro un limite, questo limite è chiamato 'target glicemico'.

Valore della glicemia mg/dL
Digiuno
Pre-prandiale
Post-Prandiale

Se non li conosci, parlane con il medico o il diabetologo.

IPERGLICEMIA

Cosa succede al nostro organismo quando si verifica l'IPERGLICEMIA?

In caso di iperglicemia l'organismo reagisce cercando di ristabilire i giusti livelli di glucosio nel sangue. Per questo alcuni sintomi sono:

- aumento del senso di sete
- minzione frequente

Altri sintomi che possono essere presenti in caso di iperglicemia sono: stanchezza, sonnolenza, senso di fame, vista offuscata, nausea e alito acetone (alito con odore fruttato).

Quali sono le cause?

Ci sono diverse cause che spiegano la glicemia alta, quelle più frequenti sono:

- Un diabete mal controllato a causa di terapia, con farmaci o con insulina, non adeguata.
- Somministrazioni di farmaci che vengono dimenticate (ad esempio viene dimenticata l'iniezione di insulina ai pasti).
- Assunzione di un quantitativo eccessivo di carboidrati a pasto, rispetto alla dose di farmaci o insulina appena assunti.



DIABETE E IPER

- Assunzione di troppi carboidrati per correggere un'ipoglicemia.
- Malfunzionamento dei sistemi di iniezione di insulina (ad esempio il set di infusione per i microinfusori non è ben inserito o tenuto in sede troppo a lungo).
- Siti di iniezione con lipodistrofia (indurimento e inspessimento della cute che non consentono una corretta diffusione dell'insulina).
- Fattori ormonali e situazioni particolari di resistenza insulinica (stress, malattia, ciclo mestruale).
- Insulina lenta a durata troppo "breve" (non copre le 24 o 12 ore).
- Effetto "Alba". Alcune persone con diabete durante le prime ore del mattino, hanno un innalzamento glicemico, a causa di ormoni come il cortisolo e l'adrenalina.
- Effetto "Rimbalzo", a seguito di un'ipoglicemia; innalzamento dovuto ad un meccanismo di compensazione ormonale.

Una glicemia alta può dunque verificarsi a causa di fattori fisiologici e ormonali, dell'alimentazione, della terapia, e anche della combinazione tra essi.

IPERGLICEMIA

Cosa fare in caso di IPERGLICEMIA

Quando si avvertono i sintomi di iperglicemia, bisogna:

- Effettuare l'autocontrollo per confermare il valore glicemico.
- Modificare la propria terapia secondo le indicazioni del medico diabetologo.
- Se si è in condizione di elevata iperglicemia (glicemia >250 mg/dL) è necessario controllare la presenza di chetoni, nel sangue o nelle urine.
- Bere acqua: l'acqua aiuta a eliminare il glucosio in eccesso dalle urine e aiuta ad evitare la disidratazione.
- Fare esercizio: l'esercizio vi aiuterà ad abbassare la glicemia (ma se si riscontrano chetoni bisogna evitare di fare esercizio intenso).



DIABETE E IPER

Perché è importante correggere l'IPERGLICEMIA?

E' importante mantenere i livelli glicemici all'interno del range indicato dal proprio diabetologo per prevenire le complicanze croniche del diabete.

L'iperglicemia se non trattata prontamente può portare anche a condizioni molto gravi nel breve periodo:

- La chetoacidosi (nelle persone con diabete di tipo 1).
- La sindrome iperosmolare (per lo più nelle persone con diabete di tipo 2, anziane, disidratate).

Sintomi della Chetoacidosi diabetica

I sintomi tipici della chetoacidosi diabetica sono vomito, dolori addominali, respirazione difficoltosa, alito acetosico, disidratazione, confusione mentale e coma.

Sintomi della sindrome iperosmolare

Stato della coscienza alterato, convulsioni, emiplegia transitoria, coma.

In entrambi i casi è opportuno contattare il medico ed effettuare immediatamente le procedure di emergenza.

IPERGLICEMIA

Tutto Diabete

Il web-magazine sul diabete
www.tuttodiabete.it



Il portale italiano dedicato al diabete.
<https://www.facebook.com/diabete.net>



Una voce amica che offre
quotidianamente soluzioni a problemi
tecnici.