

IVG

Pazienti diabetici: al San Paolo un corso per autogestirsi

di **Redazione**

09 Maggio 2011 - 13:20



Savona. La Struttura Semplice Dipartimentale Diabetologia e Malattie del Ricambio dell'Asl2 Savonese, diretta dal dottor Ruggiero Basso ha organizzato un corso per pazienti diabetici insulino dipendenti per insegnare loro ad autogestire la quotidianità della vita. L'iniziativa è stata ideata grazie allo staff composto dalla Dietologa della Struttura Complessa Igiene degli Alimenti, dottoressa Anna Magliano e alle infermiere Cristina Scarrone e Amelia Casolini.

Il diabete mellito insulino dipendente è uno stato di deficit, assoluto o relativo, di insulina che conduce ad un'elevazione cronica delle concentrazioni di glucosio nel sangue, chiamata "iperglicemia". La naturale conseguenza è la necessità di eseguire multiple iniezioni di insulina oppure, se superata la perplessità di essere collegati ad uno strumento, la terapia con microinfusore. L'applicazione della terapia intensiva necessita di un'accurata autogestione da parte della persona diabetica che deve possedere una buona capacità di aggiustare le dosi di insulina in relazione al contenuto in carboidrati dei pasti, al movimento fisico effettuato, e a particolari momenti di stress che possono presentarsi nella quotidianità sul lavoro, nello studio, in vacanza, in corso di malattie infettive intercorrenti.

L'obiettivo è quello di ottenere una "normoglicemia" prevenendo le complicanze della malattia, sia acute (crisi ipoglicemica ed iperglicemia) che croniche (retiniche, renali, nervose).

Nei mesi di aprile e maggio presso la sala riunioni dell'ASL 2 di via Collodi si è svolto il primo corso che ha visto la presenza di circa quindici pazienti giovani, accompagnati da un

famigliare. La presenza dei famigliari è importantissima in quanto, oltre che ampliare la conoscenza dei temi trattati, rende più lievi i sacrifici da affrontare dai pazienti in quanto condivisi e garantisce al paziente maggior sicurezza in caso di emergenza, per esempio in caso di crisi ipoglicemica.

Obiettivo del corso è rendere i pazienti in grado di: fare una valutazione “ad occhio” del peso delle porzioni dei carboidrati, individuare gli alimenti ricchi di carboidrati e calcolarne il contenuto per stabilire la dose di insulina da eseguire, descrivere il ruolo dei carboidrati nel determinare la glicemia post-prandiale, definire la correzione della dose di insulina in ragione della glicemia pre-prandiale, descrivere l’effetto del movimento fisico sul profilo glicemico, individuare le modifiche insuliniche da apportarsi in previsione di attività fisica per tipo e durata, saper gestire l’alterazione del profilo glicemico in corso di malattie intercorrenti così come in momenti particolari della vita sociale.

Questo corso va nelle “pieghe” della malattia diabetica, perché affronta gli aspetti della quotidianità e del vissuto della patologia. L’istruzione della persona diabetica attraverso l’acquisizione di consapevolezza della malattia e l’autogestione della terapia, della dieta dei farmaci e dell’esercizio fisico è una necessità quotidiana reale di tutti coloro che si occupano con serietà di questa forma morbosa. Tutto ciò con l’idea che un diabetico consapevole e informato può diventare il miglior medico di se stesso a condizione che conosca le caratteristiche della propria malattia e di imparare a convivere serenamente con questa. “Ci auguriamo - ha commentato il Dott. Basso -, che i corsi possano permettere al diabetico insulino dipendente di guardare con maggior serenità all’avvenire, creare nella famiglia un’atmosfera tranquilla che possa contribuire alla crescita ed alla maturazione di questi giovani senza limitazioni o complessi di sorta”. Visto il successo di questo primo ciclo, è prevista in estate una nuova edizione del corso sia presso la sede di Via Collodi dell’Asl2, sia presso l’Ospedale San Giuseppe di Cairo.