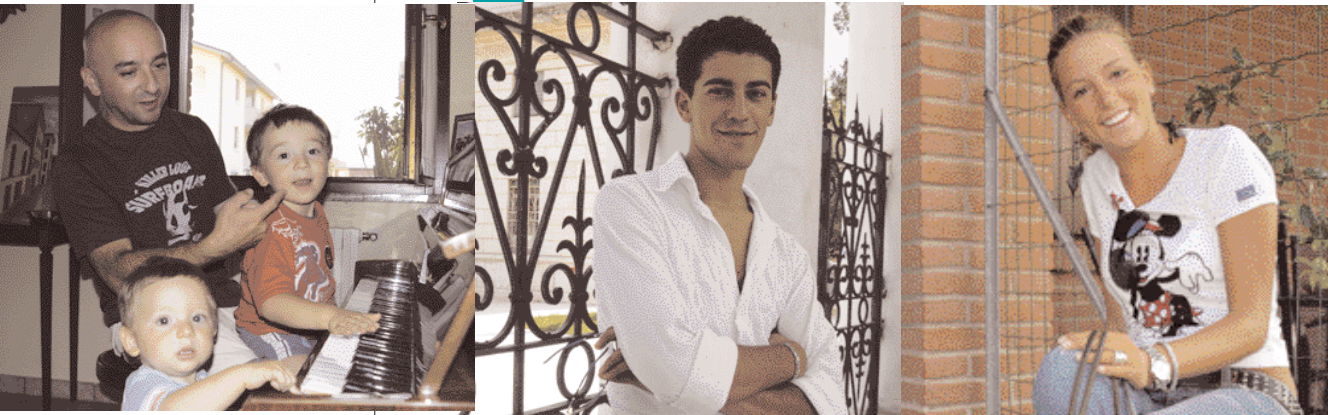


Il microinfusore secondo me...



Luca, Giuseppe e Valentina raccontano con entusiasmo come il passaggio al microinfusore ha cambiato la loro vita.

Tutti hanno ricevuto mille informazioni: dal diabetologo, dai membri del Team, dal personale delle aziende produttrici, per non parlare delle letture su internet. Ma di rado sono state sufficienti per decidere. La maggioranza delle persone che oggi portano un microinfusore ammettono che l'elemento determinante nella loro scelta di 'provare' questo tipo di terapia è stato l'incontro con qualcuno che già lo usava.

Per questo www.microinfusori.it, il nuovo sito realizzato da Roche Diagnostics ha deciso di intervistare una ventina di persone, dai 12 anni in su, invitandole a parlare della loro esperienza. Ne sono emerse testimonianze 'in presa diretta' che – senza nulla togliere all'impegno e alla difficoltà psicologica di gestire il diabete insulinodipendente – chiariscono i vantaggi che il microinfusore può offrire e rispondono alle prime domande che vengono in mente a chi deve scegliere se passare a questa modalità di somministrazione di insulina.

Giovani e adulti raccontano la loro esperienza con il microinfusore, dagli interrogativi e dalle timidezze iniziali ai vantaggi ottenuti in termini di flessibilità, qualità di vita e compenso glicemico. Testimonianze 'in presa diretta' raccolte in un sito e in un libro.

Sensazione di controllo. Il primo dato che emerge è la sensazione di essere protagonisti. «Premesso che il microinfusore non fa passare il diabete», esordisce Marco, 16 anni, «migliora quasi tutto il resto, in particolare riprendi il controllo della situazione». Valentina, 22 anni emiliana, conferma: «Tutto sommato molti pensano di essere controllati dal diabete più che di doverlo gestire. Il vero problema dopo un po' di tempo che hai il diabete di tipo 1», continua Valentina, «non è fare le iniezioni,

controllare la glicemia o dover rinunciare a qualcosa. A tutto questo ti abitui. La noia è essere costretti a programmare sempre quello che fai. E il microinfusore ti permette di 'pensarci un po' meno'. Hai la sensazione che c'è qualcosa che lavora per te. Ti senti meno sola». **Le glicate migliorano e le ipo si riducono.** Continua Emanuel, 25 anni, veneto: «Molte cose sono più semplici, prendiamo il bolo per esempio: ormai lo programmo senza nemmeno guardare il display, premendo il bottone e seguendo soltanto i bip di risposta. Quei piccoli boli di una o due unità che sarebbero necessari per correggere una moderata iperglicemia, con il micro si eseguono facilmente, con la penna... parliamoci chiaro: chi lo fa davvero?».

Sarà per questo o per la maggiore fisiologicità di questa modalità di somministrazione, che molte delle persone intervistate hanno visto migliorare le loro emoglobine glicate.

«Per la prima volta posso seriamente pormi l'obiettivo di scendere sotto il 7% di emoglobina glicata. Dall'8,4% con terapia insulinica con analoghi sono arrivato a circa il 7,5%», nota Giuseppe, 22 anni, pugliese, che non si lamenta ma ricorda di aver sempre avuto difficoltà a mantenere la glicemia a norma dopo i pasti. Occorreva sempre un 'rabbocco' qualche ora dopo, col rischio di sbagliare e la noia di fare una o due iniezioni in più al giorno». Altre volte, a parità di emoglobina glicata, l'effetto positivo riguarda la diminuzione delle ipoglicemie. Gaetano, 38 anni, romano, soffriva di ipoglicemie molto serie: «Avevo perso la capacità di accorgermi dei sintomi premonitori e mi trovavo da un momento all'altro con la glicemia a 20 o 30, e poi magari rimbalzava a 400. A parte i rischi, è proprio deprimente subire questi bassi e alti. Qualsiasi cosa fai ti chiedi... "e se mi succede?"». Giuseppe è d'accordo: anche nel suo caso «le ipoglicemie sono più rare, sono più facili da gestire e soprattutto ho ripreso ad accorgermene in tempo».

Maggiore flessibilità. L'aspetto glicemico è fondamentale, ma il tema sul quale le persone intervistate da www.microinfusori.it si soffermano più volentieri è la flessibilità offerta dal

microinfusore e i suoi riflessi sulla vita di relazione. Marco lo spiega in termini lapidari: «D'estate si esce tutti insieme la sera e a una certa ora è il momento del gelato. Se hai il diabete e non hai un microinfusore dovresti rinunciare al gelato. Se hai il microinfusore lo prendi: e impari presto quante unità devi fare per 'coprirlo'. Ti godi il gelato e la compagnia e la sera vai a letto sereno con delle glicemie decenti» conferma Giuseppe: «Uscendo con gli amici è normale che si decida all'ultimo momento cosa fare, quando andare a mangiare e dove. Io ero l'unico ad aver bisogno di orari fissi, a dover sapere con anticipo cosa avrei mangiato e a che ora».

La flessibilità è importante nello studio: «All'università capita di saltare una lezione o di rinunciare volentieri al cibo della mensa», ricorda Cristina, neolaureata abruzzese. E lo stesso vale per il lavoro. Fabio, 35 anni, esperto di software lombardo, ricorda: «Quando lavori presso un cliente non sei tu a decidere quando pranzare: è il cliente»; per non parlare delle riunioni indette all'ultimo momento.

Anche Annamaria, che ha 45 anni, gode di questa libertà: «Non ho problemi di orari e di tempo. Se all'intervallo di pranzo preferisco mangiare solo un toast e utilizzare quell'ora e mezza per fare shopping o guardare le vetrine posso farlo, idem se all'ultimo momento con le amiche si decide di andare in palestra o in piscina».

Annamaria, che lavora a contatto con il pubblico, sottolinea un altro aspetto: «Ieri se dovevo iniettare insulina dovevo alzarmi per andare da qualche parte e fare l'iniezione, ora mi basta premere due tasti». Più o meno le stesse parole di Giuseppe: «Quando si usciva a cena avevo bisogno di andare in bagno – che poi i bagni dei locali pubblici non sono un inno all'igiene». Lo stesso vale per chi fa sport: «Farsi le iniezioni nei bagni delle stazioni di



La famiglia, il rapporto con gli altri e con il diabete: per Cristina (in alto) e Gaetano il microinfusore ha aperto nuove prospettive. Serena invece con il microinfusore ha seguito la gravidanza dei suoi due gemelli.

ECCO, IO PER ESEMPIO...

Troppe belle, simpatiche, e probabilmente utili, le interviste realizzate per il sito www.microinfusori.it a persone con il diabete che si servono del microinfusore, non potevano essere riservate solamente a chi accede a internet. Sono quindi state raccolte in un libro [disponibile da marzo] intitolato: *A modo mio. Giovani e adulti raccontano com'è vivere con il microinfusore.*

Nelle interviste pubblicate dal sito www.microinfusori.it e sul libro appositamente edito da Roche Diagnostics, Fabio, fra gli altri, parla di come il microinfusore ha reso più semplice adeguare la vita lavorativa alla terapia.

arrivo delle funivie o dei rifugi non è una cosa semplice mi creda», racconta la mamma di Martina, dodicenne lombarda, «con il microinfusore invece è un attimo».

Anche in casa la flessibilità è d'aiuto. Luca ha un bambino piccolissimo. «Molti sanno di cosa sto parlando: passi la notte in bianco e magari potresti riposare la mattina, mangi quando hai un minuto libero... l'ultima cosa di cui hai bisogno in questi momenti è dover rispettare orari fissi per le iniezioni. Oggi», continua Luca, «anche i padri condividono gli impegni. Ci si alza di notte, li si accompagna all'asilo, li si cambia, li si imbecca. Il lavoro è distribuito in maniera molto più equa. E questo è giusto, è bello... ma dove lo mettiamo il diabete? Il microinfusore ti dà quella flessibilità che è sempre piacevole avere ma che in questi casi è assolutamente necessaria». Serena era in dolce attesa quando era stata intervistata, ora sono nati due gemelli: «La mia è una gravidanza da manuale. Tutto quello che può accadere è accaduto. Nausee terribili: non sopportavo l'aroma del caffè per esempio o certi odori tipici della cucina. Facevo da mangiare con bocca e naso coperti da un fazzoletto ripiegato tipo 'rapina nel Far West'. Col microinfusore è stato possibile adattare l'insulina agli alimenti effettivamente ingeriti».

Semplicità

d'uso. Marisa, che utilizza il microinfusore ormai da molti anni mette in risalto l'evoluzione dei sistemi: «Le aziende produttrici hanno messo a disposizione strumenti sempre più piccoli, leggeri, comodi, veloci e anche più sicuri. E lo stesso vale per gli aghi più corti e più facili da inserire, o per i cerotti che si attaccano molto bene alla pelle. I microinfusori sono anche sempre più semplici da usare, il che è importante soprattutto per i non giovanissimi», ricorda.

Un corpo estraneo? Davanti alla proposta di 'mettere il microinfusore' le domande e le sensazioni sono più o meno le stesse.

«Ricordo benissimo che la mia paura principale», racconta Valentina, 23 anni, «era di trovarmi 'attaccata' a un corpo estraneo». In realtà il problema viene superato presto: «È diventato un amico che sa tutto ormai di me: vita, morte e miracoli. Da un anno e tre mesi ho 'qualcuno' che mi aiuta e mi è vicino in quella gestione quotidiana del diabete che di fatto non puoi condividere con altri», racconta.

Importantissimo è anche il rapporto con gli altri: che diranno? «Con gli amici nessun problema», è ancora Marco che parla: «ovviamente fanno tutto del diabete, se no che amici sarebbero? Ma col microinfusore è un successo, "fammelo vedere", dicono, "ma come funziona?" ...Neanche fosse l'ultimo modello di cellulare».

