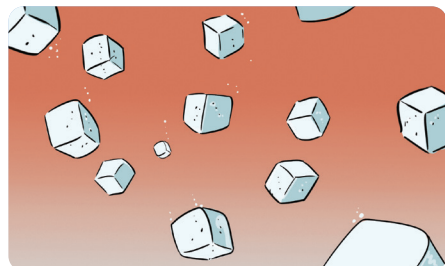


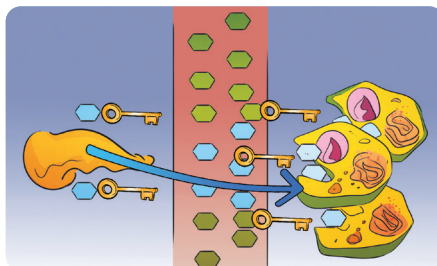
1 - Cos'è il diabete

Il "Diabete Mellito" è una condizione di iperglicemia cronica (elevati livelli di zucchero nel sangue), che determina la comparsa e la progressione di una serie di complicanze nel lungo periodo. Se ben controllato permette una vita normale: chi ha il diabete può lavorare, fare sport e avere figli sani.

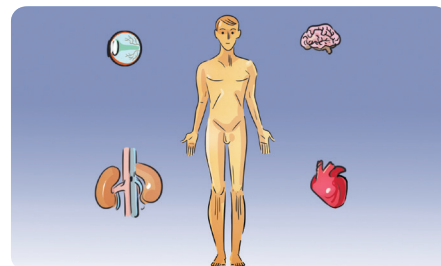
Che cos'è il diabete?



È una malattia caratterizzata da eccessivi livelli di glucosio (zucchero) nel sangue (glicemia), dovuti a un difetto di secrezione dell'insulina, ormone prodotto dal pancreas che riduce i livelli di glicemia.

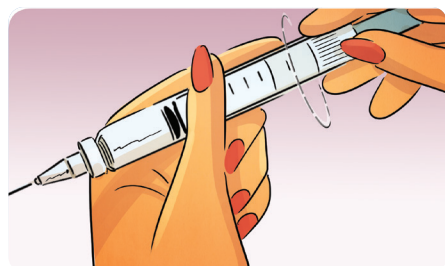


L'insulina permette al glucosio, di passare dal sangue alle cellule, dove viene trasformato in energia. Se l'insulina non viene prodotta, non funziona bene o non è adeguata al fabbisogno della persona, la glicemia aumenta e si manifesta la condizione di iperglicemia.



Nel tempo, se i livelli glicemici si mantengono elevati, si possono verificare danni a occhi, cuore, reni, nervi, cervello e piedi (complicanze del diabete).

I diversi tipi di diabete



Il **Diabete mellito di Tipo 1 (DMT1)**, ad esordio soprattutto giovanile, è caratterizzato dall'assenza di secrezione di insulina, e può essere curato solo con la sua somministrazione dall'esterno.



Il **Diabete mellito di Tipo 2 (DMT2)**, che si associa spesso a sovrappeso/obesità, è la forma più diffusa ed ha una base eredo-familiare. Il Diabete secondario è conseguente all'assunzione di farmaci (cortisone, ecc) e/o ad endocrinopatie o a malattie del pancreas.



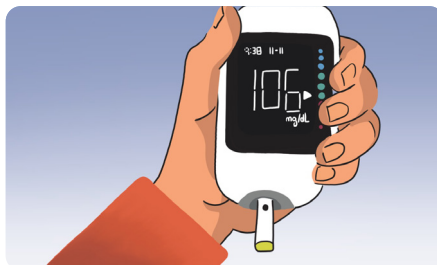
Il **Diabete gestazionale (DMG)** esordisce in gravidanza e predispone alla comparsa di DMT2 nella madre.

Sintomi



Sintomi suggestivi per elevati livelli di glucosio nel sangue, per cui è importante rivolgersi al proprio medico e controllare la glicemia, sono: sete intensa, frequente necessità di urinare, stanchezza, calo di peso, infezioni urinarie, della pelle, o dei denti, difficili da curare.

Diagnosi



Sono diagnostici per diabete due valori di glicemia $> 0 = 126$ mg/dl a digiuno o una glicemia > 200 mg/dl in qualunque momento della giornata, o con due rilevazioni non consecutive di $HbA1C > 6.5\%$ (48mmol/L).

Terapia



Il diabete si controlla facendo attività fisica regolare, seguendo un'alimentazione equilibrata, riducendo il peso in eccesso e, se necessario, utilizzando farmaci ipoglicemizzanti orali o iniettivi o l'insulina.