



Progetto Diagnosi Precoce del Diabete Mellito di Tipo 2

Il Diabete

Il diabete mellito è una malattia cronica caratterizzata dall'aumento della glicemia, cioè della concentrazione di glucosio nel sangue. E' dovuto ad un deficit della quantità e, spesso, dell'efficacia biologica dell'insulina, l'ormone prodotto dal pancreas che appunto controlla i livelli della glicemia.

Il diabete è una malattia molto complessa in quanto è un contenitore di molteplici sindromi cliniche accomunate dal fatto che la glicemia è alta.

Le principali varietà di diabete sono le seguenti:

- diabete tipo 1 che di solito colpisce i bambini ed i giovani
- diabete tipo 2, molto più frequente, che interessa solitamente adulti e anziani
- diabete gestazionale che si presenta solo durante la gravidanza.

Il diabete non è una malattia contagiosa: vivere con un diabetico non fa venire il diabete.

Il diabete non è una malattia ereditaria, nel senso che, tranne che per poche varietà molto rare, non c'è un passaggio inevitabile della malattia da una generazione ad un'altra. Esiste però una predisposizione familiare, soprattutto in caso di diabete tipo 2, per cui chi ha un diabetico fra i parenti di primo grado (genitori, fratelli) ha un rischio di ammalare superiore rispetto a chi non ha parenti con la malattia.

Nella grande maggioranza dei casi la malattia all'inizio non dà alcun disturbo (sintomo). In altri casi i sintomi sono: sete intensa (polidipsia), necessità di urinare spesso con urine abbondanti (poliuria), stanchezza (astenia), ripetute infezioni urinarie (cistiti) o genitali. In alcuni casi può esservi perdita di peso e l'inizio della malattia può essere brusco.

Nel diabete tipo 2 spesso la diagnosi viene fatta in una persona, che sta sostanzialmente bene, in occasione di esami di laboratorio (check up) o in occasione di accertamenti o ricoveri per altra malattia (diagnosi casuale).

La diagnosi è semplice: si basa sulla determinazione della glicemia e della Emoglobina Glicata, la cui sigla è HbA1c.

L'eccesso di peso è uno dei principali fattori di rischio di diabete tipo 2. Gli obesi hanno un rischio di diabete 10 volte più alto delle persone di peso normale. Inoltre, chi mangia molto e predilige cibi ricchi di zuccheri semplici e di grassi animali ha un rischio maggiore, mentre chi consuma cibi ricchi di fibre (cereali integrali, legumi, vegetali) ha un rischio minore. Una dieta ipocalorica in persone con eccesso di peso e glicemia non ottimale ha dimostrato di essere in grado di prevenire il diabete.

Screening del Diabete

Il diabete è una malattia molto comune. In Italia circa 3 milioni di persone hanno avuto una diagnosi di diabete e accanto a questi si stima che un altro milione e mezzo abbia la malattia senza saperlo.

Il diabete, se curato male o trascurato, soprattutto nelle persone predisposte, determina alterazioni a vari organi e tessuti. Danni più o meno gravi sono osservabili soprattutto nell'occhio (retinopatia), nel rene (nefropatia), nei nervi (neuropatia), nelle arterie (vasculopatia) e nel cuore (cardiopatia). Il diabete è la principale causa di cecità, di insufficienza renale con necessità di dialisi o trapianto, di amputazione non traumatica di un arto, e una delle principali cause di infarto del cuore e ictus cerebrale.

Però è bene sapere che la malattia e le sue complicanze sono curabili e questi danni possono essere minimi se il diabete è diagnosticato tempestivamente e vengono attuati i programmi di cura appropriati.

Inoltre in certi casi le complicanze sono clinicamente presenti già al momento della diagnosi, per il fatto che la stessa è posta mediamente con un ritardo di 5-10 anni rispetto al reale inizio dell'iperglicemia.

Per evitare questo problema è necessario anticipare la diagnosi di diabete con controlli frequenti della glicemia soprattutto nei soggetti adulti (dopo i 40 anni) ed a maggiore rischio, ovvero predisposti alla malattia, anche con iniziative di screening della popolazione, con particolare attenzione ai soggetti a più alto rischio che sono: parenti di primo grado con diabete tipo 2; donne con pregresso diabete gestazionale; pazienti con eccesso di peso corporeo e che conducono vita sedentaria e mangiano molto prediligendo cibi ricchi di zuccheri semplici e di grassi animali.



Vuoi saperne di più sulla diagnosi precoce del diabete mellito di tipo 2?

Recati presso la tua farmacia di fiducia

Regione Molise, A.S.Re.M. e Federfarma hanno siglato un protocollo d'intesa per effettuare uno screening diabetologico della popolazione regionale

Per effettuare il test rivolgiti alla tua farmacia di fiducia dalle 8.30 alle 10.30, ma ricorda di presentarti a digiuno!