



INSIEME A TE CONTRO IL DIABETE

Un tempo la si considerava la "malattia del benessere", diffusa nei Paesi occidentali e derivata da un'alimentazione eccessivamente abbondante e ipercalorica. Oggi è una delle patologie croniche a più larga diffusione in tutto il mondo e, con le sue complicanze, rappresenta un problema sanitario per le persone di tutte le età e di tutte le aree geografiche.

È il diabete, una malattia cronica caratterizzata dalla presenza di elevati livelli di glucosio nel sangue (iperglicemia) e dovuta a un'alterata quantità o funzione dell'insulina.

Gli ultimi dati epidemiologici indicano che il 6% circa della popolazione è diabetico con una prevalenza sempre maggiore al crescere dell'età (17,6% nella fascia di età oltre ai 75 anni).

Sia che sia di tipo 1 (insulinodipendente), di tipo 2 (mellito, di gran lunga il più diffuso) o gestazionale (che insorge durante la gravidanza), il diabete con il tempo può provocare danni a occhi, reni, sistema nervoso e apparato cardiovascolare.

Retinopatie, nefropatie, neuropatie, malattie cardiovascolari e piede diabetico: queste le complicanze croniche che causano un notevole peggioramento della qualità di vita del paziente e sono causa degli elevati costi sociali della malattia.

GLI AMBULATORI PER IL DIABETE DI ASL3

Per andare incontro alle esigenze dei circa 32 mila cittadini diabetici residenti nel territorio metropolitano genovese, in ASL3 lavorano sinergicamente numerosi ambulatori territoriali ed ospedalieri.

Ad Arenzano, presso l'Ospedale La Colletta, l'Unità Operativa Complessa di Diabetologia, diretta dal dottor Andrea Corsi, mette a disposizione ambulatori, un Centro per la cura del piede diabetico e il servizio di Day Hospital.

A Sampierdarena l'offerta è particolarmente ampia: al centro ambulatoriale nel Palazzo della Salute di Fiumara, sempre diretto dal dottor Andrea Corsi, si affianca l'attività del Reparto di Diabetologia, Endocrinologia e Malattie metaboliche dell'Ospedale Villa Scassi, diretto dalla dottoressa Anna Cattaneo.

Nella struttura dell'Ospedale Villa Scassi, per garantire ai circa 3800 pazienti in cura un'assistenza completa, limitando al massimo i disagi di spostamento tra reparti, è attivo da tempo un team multidisciplinare di professionisti in grado di collaborare insieme a 360° per monitorare

eventuali complicanze, attraverso continui e molteplici interventi sui livelli glicemici e sui fattori di rischio cardiovascolare.

Il servizio ha tra i compiti istituzionali anche quello della formazione, avviato da tempo sia nei confronti dei pazienti, con corsi di educazione terapeutica individuali e collettivi, sia nei confronti del personale ospedaliero, con corsi di formazione dedicati a medici ed infermieri per una corretta gestione del paziente diabetico ricoverato: un'attività di assoluta rilevanza, considerato che il 20% dei pazienti ricoverati nei vari reparti del Villa Scassi sono affetti da questa patologia.

Nel 2008 il modello di lavoro del reparto ha varcato i confini nazionali grazie al progetto Perù nel cuore, nato su iniziativa del Dottor Alberto Agliarolo, dirigente medico della Diabetologia del Villa Scassi, allo scopo di formare il personale medico ed infermieristico del paese sudamericano.



IL CENTRO MULTIDISCIPLINARE PER LA DIAGNOSI E LA CURA DEL PIEDE DIABETICO

Tra i vari ambulatori dedicati alle varie complicanze del diabete, al Villa Scassi è attivo anche un centro multidisciplinare per la diagnosi e la cura del Piede diabetico.

Il piede diabetico è una complicanza che può rendere necessaria l'amputazione degli arti e statisticamente costituisce la prima causa di amputazione degli arti inferiori di origine non traumatica. In sostanza si tratta di ulcerazioni e problemi dovuti a modificazioni della struttura dei vasi sanguigni e dei nervi, a livello degli arti inferiori, soprattutto del piede, a causa dei carichi che sopporta.

Poiché nel paziente diabetico è importante curare immediatamente le eventuali lesioni al piede, non ci sono liste d'attesa, ma il paziente è visto immediatamente previa telefonata.

Centro multidisciplinare per la diagnosi e la cura del Piede diabetico
Corso Scassi 1
010.4102.401 / 684 / 679

COME SI CURA IL DIABETE ?

La terapia nei pazienti con Diabete tipo 1 (insulinodipendente) è sempre a base di insulina, sia attraverso iniezioni sia, in casi selezionati, con microinfusori.

Per tenere sotto controllo il diabete di tipo 2 e scongiurare il rischio di complicanze è indispensabile mantenere uno stile di vita adeguato. Ecco in breve alcuni consigli.

ALIMENTAZIONE:

- in linea di massima, si raccomanda una dieta che includa carboidrati, provenienti da frutta, vegetali, grano, legumi e latte scremato, non inferiori ai 130 g al giorno assunti in maniera equilibrata
- no allo zucchero usato abitualmente in cucina (saccarosio), sostituibile con dolcificanti
- sì ai cibi che contengono fibre
- limitare l'apporto dei grassi ad una quota inferiore al 7% delle calorie totali giornaliere, con particolare limitazione ai grassi saturi e al colesterolo

ATTIVITA' FISICA:

- sì ad un'attività fisica di tipo aerobico e di grado moderato per almeno due ore e mezza a settimana oppure di tipo più intenso per 90 minuti a settimana
- quando lo stile di vita non è più in grado di mantenere i valori di glicemia adeguati è necessario aggiungere farmaci, in genere compresse ipoglicemicizzanti, e talvolta insulina



LA COLLABORAZIONE CON AS.LI.DIA.

ASL3 collabora costantemente con l'Associazione ligure per la lotta contro il diabete (AS.LI.DIA.), che ha una sede nell'Ospedale Villa Scassi, non solo per l'organizzazione della Giornata Mondiale del Diabete che si tiene tutti gli anni a Novembre, ma anche per l'organizzazione di corsi di Educazione Sanitaria effettuati mensilmente.