

Capire il diabete di tipo 1

Il diabete di tipo 1 riguarda circa il 10-15% di tutte le persone con il diabete.

Il diabete è una malattia caratterizzata dalla presenza di troppo glucosio (zucchero) nel sangue. Il glucosio è un'importante fonte di energia per il corpo. Si trova nei cibi che contengono carboidrati, come ad esempio pane, pasta, riso, cereali, frutta, verdure ad alto contenuto di amido, latte e yogurt. L'organismo trasforma i carboidrati in glucosio che poi si riversa nel flusso sanguigno.

L'organismo produce l'insulina nel pancreas. L'insulina è necessaria per permettere al glucosio in circolo nel sangue di entrare nelle cellule del corpo per produrre energia.

Il diabete di tipo 1 si ha quando il pancreas non riesce a produrre insulina. Questo di solito accade perché il sistema immunitario dell'organismo distrugge le cellule che la producono (cellule beta).



Perché si sviluppa il diabete di tipo 1?

Le cause esatte del diabete di tipo 1 sono sconosciute. Sappiamo che alcune persone sono portatrici del gene che le rende maggiormente predisposte a sviluppare il diabete di tipo 1. Queste persone sviluppano il diabete quando qualcosa innesca un meccanismo per cui il sistema immunitario inizia a distruggere le cellule beta del pancreas che producono l'insulina.

Il diabete di tipo 1 viene di solito diagnosticato in giovane età, ma può essere diagnosticato a qualsiasi età.

È possibile prevenire o curare il diabete di tipo 1?

Non si può fare niente per prevenire o curare il diabete di tipo 1, ma la ricerca scientifica continua a cercare risposte. Se il diabete di tipo 1 è gestito bene, si può continuare a condurre una vita sana.

Quali sono i sintomi del diabete di tipo 1?

I sintomi più comuni del diabete di tipo 1 non diagnosticato includono:

- » avere sete e bere più del solito
- » andare più spesso al gabinetto (per urinare)
- » sentirsi stanchi e con poca energia
- » perdita di peso immotivata
- » candida genitale
- » cambiamenti di umore.

I sintomi del diabete di tipo 1 possono svilupparsi velocemente e richiedono attenzione medica immediata. Se il diabete di tipo 1 non viene trattato, si svilupperà la diabetica ketoacidosis (DKA, chetoacidosi diabetica). La chetoacidosi diabetica si ha quando l'organismo non è in grado di usare il glucosio come fonte di energia e produce invece delle sostanze chimiche chiamate "chetoni". I chetoni rendono il sangue troppo acido. I livelli alti di glucosio nel sangue provocano una perdita di sali e di fluidi nel corpo. Questa condizione può provocare la morte e richiede trattamento ospedaliero urgente.

Come si gestisce il diabete di tipo 1?

Il diabete di tipo 1 si gestisce dispensando l'insulina che l'organismo non riesce a produrre. L'insulina viene somministrata tramite iniezione o tramite una pompa per l'insulina. Il medico collaborerà con voi per decidere il tipo di insulina di cui avete bisogno, e raccomanderà la frequenza con cui dovete assumerla. Questo dipenderà dallo stile di vita e dalle necessità individuali. Oltre ad assumere l'insulina, dovrete controllare regolarmente il livello di glucosio nel sangue, seguire un piano alimentare sano e mantenervi fisicamente attivi.

La gestione giornaliera del diabete è importante per il mantenimento dei livelli di glucosio nel sangue entro i valori di riferimento. Questo vi aiuta a stare bene a breve termine, e a lungo termine riduce il rischio di complicazioni come problemi agli occhi, ai reni, al sistema nervoso e ai vasi sanguigni.



Voi e il NDSS

Il NDSS fornisce una vasta gamma di servizi e di sostegno per aiutarvi nella gestione del diabete. Questi includono informazioni sulla gestione del diabete attraverso la NDSS Helpline (Linea di supporto NDSS) e il sito del NDSS. I prodotti, i servizi e i programmi educativi disponibili possono aiutarvi a tenere il diabete sotto controllo.



Come viene fatta la diagnosi del diabete di tipo 1?

- Se il vostro medico pensa che i vostri sintomi indichino la presenza di diabete di tipo 1, vi verranno fatti degli esami per controllare i livelli di glucosio nel sangue e per controllare la presenza di chetoni nel sangue o nelle urine. I chetoni vengono prodotti in grandi quantità dall'organismo quando l'insulina presente è poca o completamente assente. In caso di presenza di chetoni, potreste avere il diabete di tipo 1. Un alto livello di glucosio nel sangue confermerà la diagnosi.
- Il vostro medico potrebbe anche sottoporvi a degli esami per verificare la presenza di autoanticorpi. Si tratta di esami che aiutano a capire se avete il diabete di tipo 1.
- Se avete dei sintomi che vi fanno pensare di avere il diabete di tipo 1, andate subito dal medico e chiedete di sottoporvi agli esami per la diagnosi del diabete. La diagnosi precoce del diabete di tipo 1 può prevenire la chetoacidosi diabetica.

Chi può esservi d'aiuto se avete il diabete?

La gestione del diabete è un lavoro di squadra che riguarda voi, la vostra famiglia, i vostri amici e i professionisti sanitari. Sono diversi i professionisti sanitari che possono esservi d'aiuto, inclusi:

- » il vostro medico generico
- » l'endocrinologo (specialista del diabete)
- » l'educatore per il diabete accreditato o l'infermiere per il diabete
- » il dietologo professionista accreditato
- » il fisiologo clinico accreditato
- » il podologo ufficialmente riconosciuto
- » lo psicoterapeuta, l'assistente sociale o lo psicologo.