

La glicemia mi dà sui nervi

Spesso la neuropatia diabetica si presenta in maniera subdola, con una graduale perdita di sensibilità agli arti inferiori. L'unica difesa valida è la prevenzione: glicemie a posto e controlli frequenti.

IL PIEDE DIABETICO PORTA, PRIMA O POI, ALL'AMPUTAZIONE.

La medicina è in grado di contrastare in ogni momento e a ogni livello di gravità la sindrome del piede diabetico. La persona che rischia di sviluppare il piede diabetico, per esempio perché ha una neuropatia, deve porre grandissima attenzione alla situazione dei suoi piedi, deve dedicare la massima cura e igiene nel loro trattamento e deve avvertire uno specialista ogni volta che nota qualcosa di strano. Tutte le amputazioni avrebbero potuto essere evitate se si fossero seguite queste prescrizioni.

È VERO CHE...

Il diabete può interferire con il funzionamento del sistema nervoso, sia di quello 'autonomico' che non dipende dalla volontà, sia di quello somatico, provocando disturbi di tipo diverso. Nascono allora una serie di complicanze.

Neuropatia somatica: sensazioni fantasma

La forma più nota di neuropatia colpisce i nervi sensoriali più lontani dalla spina dorsale, quelli del piede e della gamba (soprattutto sotto il ginocchio). I disturbi possono prendere due forme diverse. Nella maggior parte dei casi la persona perde gradualmente sensibilità, soprattutto al piede. A questa anestesia si associa a volte una parestesia, si avvertono sensazioni false quando si cammina, quella di camminare su un tappeto o una spessa moquette è tipica. La neuropatia crea o contribuisce a creare la sindrome del piede diabetico.

In molti casi le fibre nervose rovinate dal diabete inviano segnali falsi al cervello, si sentono allora dolori anche forti soprattutto alla gamba. I dolori possono essere di natura diversa: generalmente bruciori 'interni', punture di spillo che paiono provenire dall'epidermide o sensazione di profondo fastidio per ogni indumento che copra le gambe.

Fino a poco tempo fa la medicina non aveva molto da proporre alle persone con questo tipo di problema. Recentemente sono stati sperimentati diversi farmaci nuovi o uti-

lizzati per altre patologie. Questi farmaci non agiscono sul problema alla radice, ma possono aiutare a tenere a bada il dolore.

L'approccio più radicale consiste in un veloce riequilibrio delle glicemie. Nella maggior parte dei casi eliminando le iperglicemie il dolore, seppure con un certo ritardo, si riduce o sparisce.

Neuropatia autonoma: il mio cuore è un diesel

Molto meno conosciuta e più subdola è la neuropatia autonoma, che colpisce il sistema nervoso 'involontario' o solo parzialmente volontario che presiede al funzionamento del sistema cardiovascolare. Il sistema nervoso autonomo per esempio controlla la pressione delle arterie, allargando o stringendo i muscoletti che avvolgono le arterie stesse e contribuisce ad accelerare o a rallentare i battiti del cuore. Il sistema autonomo è implicato anche nel meccanismo dell'erezione.

In molte persone il diabete, sia di Tipo 1 che di Tipo 2, determina un 'rallentamento' del sistema autonomo che diventa più rigido e risponde con meno prontezza agli stimoli esterni. Il sistema cardiovascolare della persona con neuropatia diabetica ricorda quei vecchi motori diesel che impiegavano più tempo a 'riscaldarsi' e offrivano meno ripresa di quelli a benzina. In qualche caso il 'rallentamento' può essere sensibile, in altri casi si può valutare registrando la risposta pressoria e del battito



cardiaco a uno stimolo esterno. La neuropatia autonoma non è affatto rara ma è assai poco studiata e non conosce una terapia specifica.

Gastroparesi: lunghe digestioni

La gastroparesi è una forma di neuropatia che colpisce il meccanismo che regola il movimento peristaltico dello stomaco e dell'intestino; il processo digestivo diviene imprevedibile. Un piatto di pasta che dovrebbe transitare e quindi essere digerito entro 60 minuti potrebbe restare nello stomaco anche per 3 ore. In queste condizioni una persona che segue una terapia insulinica o a base di secretagoghi corre un rischio di iper e ipoglicemie assai forte in quanto le sarà difficile far coincidere l'azione del farmaco con l'effettivo momento della 'digestione'. È possibile intervenire su questo disturbo con normali farmaci che agiscono sullo stomaco e sull'intestino.

Prevenzione

Poco nota e poco temuta la neuropatia autonoma potrebbe essere una componente importante del rischio cardiovascolare. Su questo punto però gli studi sono ancora in corso. Sicuramente è opportuno che la persona con il diabete si sottoponga pe-

UNA RAGIONE PER...

La neuropatia spaventa meno di altre complicanze specifiche del diabete, la retinopatia per esempio. Questo spiega perché le persone tendono a prenderla un po' sottogamba.

Si tratta invece di un rischio serio: i fastidi e i dolori provocati da una neuropatia somatica possono essere seri, il piede diabetico è un problema e, la neuropatia autonoma, oltre alla diversa efficienza del sistema cardiovascolare è associata a una perdita di efficienza e di sensibilità degli organi genitali.

riodicamente a controlli relativi alla neuropatia somatica. La neuropatia autonoma potrebbe emergere da controlli relativi alla pressione (per esempio una scarsa differenza fra la pressione media nelle ore di riposo e di attività) o all'attività cardiaca (un semplice elettrocardiogramma). Anche difficoltà di digestione o la sensazione di mancamento quando ci si alza improvvisamente dal letto potrebbero essere riportati al medico.

Le raccomandazioni sono quindi le stesse: controlli periodici e riequilibrio delle glicemie (purtroppo gli effetti di un riequilibrio sulla neuropatia autonoma sono meno netti). Soprattutto è importantissimo smettere di fumare. Il fumo (e probabilmente anche i superalcolici) svolgono infatti una funzione tossica indipendente sulle fibre nervose che si associa a quella del diabete. ■



IN SINTESI

- ✓ La neuropatia diabetica è una complicanza non rara del diabete di Tipo 1 e di Tipo 2 e dipende dalla durata della malattia e dal cattivo controllo glicemico.
- ✓ Esistono diverse forme di neuropatia. Rara quella autonoma, (colpisce cuore, stomaco o intestino), più frequente quella somatica che altera la sensibilità.
- ✓ Lunghi periodi di iperglicemia colpiscono le fibre nervose che gradualmente cessano di registrare sensazioni tattili (calore, pressione, dolore...) oppure (più di rado) inviano sensazioni dolorose.
- ✓ Le forme classiche colpiscono i piedi e la gamba. Priva di sensibilità al piede, la persona può procurarsi senza accorgersene serie lesioni.
- ✓ Associata di frequente alla vasculopatia periferica, la neuropatia somatica dà luogo alla pericolosa sindrome del piede diabetico. L'anestesia impedisce di avvertire pericoli o di notare ulcere o ferite le quali, a causa della vasculopatia, non si rimarginano.