

Il Diabete di tipo 3

‘Diabete di tipo 3’ è la definizione utilizzata per indicare la condizione nella quale si trovano i coniugi, i figli o i genitori di persone con diabete di tipo 1 o tipo 2. Quando la persona con diabete è molto giovane o molto anziana il ruolo di chi le sta vicino è importantissimo. Quasi ogni azione della vita quotidiana può avere dei riflessi sulla glicemia e una persona non pienamente in grado di valutare o di correggere la glicemia stessa deve essere aiutata.

Occorre però lasciare alle persone anche l'autonomia necessaria affinché imparino o continuino a gestire da sole la loro situazione. E questo, a volte, è ancora più difficile. Come ogni genitore sa (e qui non stiamo parlando solo di diabete) controllare è faticoso ma lasciare ‘liberi’ è ancora più difficile. Nella maggior parte dei casi basterebbe far sì che chi vive vicino a una persona con diabete abbia una buona informazione di base e la capacità di attivarsi in caso di necessità. A volte invece le cose sono un po’ più complesse.

Accu-Chek Friends si definisce una comunità di persone ‘vicine al problema del diabete’. Fra di noi ci sono migliaia di genitori, di coniugi e di figli che cercano e trovano nei nostri siti e nelle nostre pubblicazioni, spunti e informazioni utili per capire meglio, per porre le domande giuste o, in poche parole, per essere maggiormente di aiuto ai loro cari.

*Piera Paleari
Responsabile Assistenza Clienti*



Maria Antonietta Pellegrini
diabetologa presso l'Ospedale Santa Maria della Misericordia Udine e Ospedale di Cividale. Dirige la Scuola di Formazione AMD.

Cosa vuol dire ‘anziano fragile’?

La parola dà l'idea di un equilibrio che esiste ma è precario e se viene meno uno degli elementi su cui poggia si può facilmente ‘incrinare’. I figli, la nuora, i nipoti già adulti sono quindi essenziali nell'assistenza all'anziano, ancor di più se questi ha il diabete. In alcuni casi il loro ruolo fa la differenza nella qualità e nella durata della vita di una persona anziana con diabete.

Parliamo di persone in gravi difficoltà, con serie complicanze?

Non solo: il caso più frequente è quello di persone anziane senza gravi segni di complicanze e in grado di provvedere ai loro principali bisogni, ma che non possono somministrarsi l'insulina. Ba-

sta poco del resto, una vista non buona, una parziale perdita di manualità, un leggero tremito per rendere impossibile o pericolosa la gestione autonoma della terapia.

Cosa possono fare i figli, il partner e le persone che stanno vicino a questi anziani?

L'anziano ha bisogno dell'aiuto di una persona della famiglia. Occorre una persona matura, dedicata e che abbia ricevuto una breve ma chiara formazione ad hoc. Io consiglio a queste persone di utilizzare tutti gli strumenti a loro disposizione per salvaguardare la qualità della vita dei loro cari e, grazie alla tecnologia e alla medicina, oggi è sempre più possibile.

3 domande a...

Come è difficile lasciarli liberi

*Da controllore a educatore,
una trasformazione difficile
soprattutto per i padri e le madri
di bambini e ragazzi con il diabete.
Ma è solo così che si può davvero
aiutare chi si appresta a vivere
una vita serena,
libera e responsabile.*

Pediatria&Diabete per ragazzi e genitori

I ragazzi con diabete e i loro genitori sono spesso dei veri esperti in materia di diabete, dialogano quasi alla pari con il Team Diabetologico e hanno esigenze di informazione sofisticate. Pediatria&Diabete è una rivista dedicata al diabete in età pediatrica redatta con grande rigore scientifico che Roche Diagnostics propone a tutti i membri del Team, dallo specialista al pediatra, ma anche, o soprattutto, al giovane e ai genitori. Trentasei pagine di interviste e articoli su misura per un paziente evoluto e... esigente. I soci Accu-Chek Friends possono richiedere gratuitamente l'abbonamento a Pediatria&Diabete attraverso l'indirizzo mail di Accu-Chek Friends: info@acfriends.it o telefonando al numero verde

Numero Verde
800-630631



Cosa significa essere genitori di un bambino o di un ragazzo con il diabete? Non si sa nemmeno da dove cominciare per rispondere a questa domanda. Lo choc della prima diagnosi, gli assurdi sensi di colpa, le paure per il futuro, il desiderio di essere sempre a fianco del bambino, di decidere per lui, di parlare al suo posto con il pediatra e chiedergli conto ogni volta delle glicemie fatte. "Tutto sbagliato, tutto da rifare" come diceva Bartali.

Ho fatto tutti questi errori, ma per fortuna me ne sono accorto in tempo e spero che leggendo queste righe qualcuno lo capisca ancora prima di me. Il diabete di Tipo 1 è una condizione gestibile e gestita. Forse fra 20 anni ci sarà la cura che lo guarirà definitivamente, ma per ora le regole del gioco sono chiare. Si tratta solo di pensare un attimo ai riflessi sul metabolismo di quel che si sta facendo, controllare la glicemia qualche volta al giorno e decidere le unità di insulina da iniettare. Si sbaglia? Pazienza, sbagliando si impara. Il bambino col diabete ha molto da imparare, anzi deve soprattutto imparare. Il nostro ruolo di genitori non è di garantire negli anni che resta sotto il nostro controllo glicemie perfette a suon di divieti e tabù. Il nostro ruolo è quello di porre le basi per la sua vita futura, quando vivrà compiendo le sue scelte con autonomia e con responsabilità. Spetta a noi porre le basi delle sue scelte alimentari e di vita, fargli apprezzare un'alimentazione sana e fargli amare l'esercizio fisico, far crescere la sua voglia di vivere, la fiducia in se stesso e aiutarlo a sviluppare il giusto atteggiamento anche nei confronti del diabete. Questo è il ruolo insostituibile dei genitori, che non viene certo misurato dalla glicata che suscita i complimenti del medico o dell'infermiere. È difficile, difficilissimo anche perché, a volte, al ruolo opposto, quello di controllori, un po' ci si affeziona. Ma bisogna farlo.

Paolo, genitore di un ragazzo di 13 anni

Mamma, come stai?



Giovanna, figlia di Ester 77 anni.

Curare la propria madre è una sensazione strana, è come leggere una parola al contrario o guardare un film a rovescio. Una volta non era così: al mio paese figlie, madri e nonne vivevano in grandi case aiutandosi quando necessario. Oggi è più difficile, viviamo in case più piccole e distanti. Ma non è solo una questione pratica. Mia mamma è una donna fiera, è rimasta sola presto e si è ricostruita il suo mondo. Il diabete, un po' ignorato

all'inizio le ha creato qualche problema e lei ha reagito male, richiudendosi in se stessa e rinunciando a molte delle cose che faceva.

Ho parlato con il suo diabetologo e ho capito che tutto questo non è una conseguenza necessaria del diabete. "Sua mamma può e deve fare di più" mi ha detto. Per prima cosa l'ho aiutata a farsi coraggio e a prendere di petto la malattia. Il segreto? Ho fatto leva sul suo orgoglio: "hai visto la guerra, hai ricostruito casa tua, hai studiato la sera e lavorato per mantenere la famiglia, e ora ti fai fermare dal diabete?" Ha funzionato.

Piano piano le glicemie sono tornate sotto controllo, molti valori sballati si sono ristabiliti e adesso sta imparando a riprendere le vecchie abitudini senza fare compromessi con la terapia. Ha ripreso a uscire spesso, a mangiare di gusto ma in maniera costante e si controlla volentieri. Il nemico ora sono i suoi 'momenti bui'. Ma li abbiamo tutti.

Accadono per esempio quando manco da casa sua per molti giorni, quando un'amica sta male e in certi periodi dell'anno. Ormai lo capisco anche da come risponde al telefono e so come farla reagire.

All'inizio mi faceva uno strano effetto aiutarla ad alzarsi o sgridarla se non aveva mangiato. Mi sembrava che fossi io a dover pretendere aiuto, protezione, insegnamento da mia mamma. Ora provo stima e ammirazione per come reagisce; dall'equilibrio che ha trovato, da come ha imparato a misurarsi la glicemia, dai trucchi abili che usa per verificare di aver preso le pastiglie giuste, capisco che aiutarla mi fa un gran bene e che lei mi sta ancora oggi insegnando qualcosa.

Farsi capire da chi 'bada' all'anziano

'Badante' è il termine usato per definire una figura chiave per molte famiglie, cioè la persona che - magari a fianco di altri incarichi - segue una persona anziana o un bambino. Oggi molto spesso le badanti vengono da paesi lontani, non di rado hanno una ottima preparazione scolastica, ma conoscono l'italiano solo fino a un certo punto.

Se la persona assistita ha il diabete, è importante che la badante apprenda il maggior numero di informazioni

su questo tema per poterla aiutare al meglio. Oggi con 'Diabete per Capirsi', un'iniziativa di Roche Diagnostics, il compito è più semplice.

Dodici schede riassumono, con l'aiuto di disegni e brevi testi, le nozioni base sul diabete e sulla terapia. Le schede, redatte da un gruppo di diabetologi, sono state tradotte in 12 lingue: albanese, arabo, cinese, cingalese (Sri Lanka), francese, hindi, punjabi (Pakistan), rumeno, russo, spagnolo, tagalog (Filippine) e turco, parlate da tutte le più importanti comunità di lavoratori stranieri immigrati in Italia. Possono essere scaricate gratuitamente in formato acrobat dal sito www.modusonline.it/diabetepercapersi.



Accu-Chek Aviva: il meglio della tecnologia

Accu-Chek Aviva è il primo misuratore della glicemia 'disegnato' da chi lo usa, realizzato dopo aver condotto una ricerca a livello mondiale sulle esigenze delle persone con diabete.

Accu-Chek Aviva oltre a essere *elegante, pratico e leggero* (ca 60 gr) riassume il meglio di quanto la tecnologia ha prodotto in questi anni. Estremamente semplice e intuitivo da utilizzare, *offre prestazioni elevate e sicure in ogni condizione.*

Funziona a temperature estreme, calcola la glicemia in 5 secondi su una piccolissima goccia di sangue di soli 0,6 microlitri, memorizza 500 valori glicemici con data e ora, elabora le medie delle glicemia degli ultimi 7, 14 e 30 giorni e consente il trasferimento dati a PC.

Consente inoltre di impostare un allarme che scatta in caso di ipoglicemia e un "BIP" per ricordarsi di effettuare il test. Il test può essere eseguito dal polpastrello ma anche da braccio, avambraccio, coscia e polpaccio utilizzando l'apposito dispositivo.

Concepito per offrire il massimo della sicurezza a tutte le persone con diabete Accu-Chek Aviva garantisce un risultato esatto fin dalla prima esecuzione del test grazie a *oltre centocinquanta controlli di sicurezza* eseguiti automaticamente dallo strumento. Una soluzione tecnologicamente avanzata, ma dalla manualità estremamente semplice per un autocontrollo sicuro, sempre.

Oltre **150**
controlli
di sicurezza
automatici

Accu-Chek Friends regala il raccoglitore per contenere le 'schede' della raccolta **Di più**. È possibile richiederlo:



Telefonando al **numero verde 800 630 632**



Compilando questo coupon e inviandolo per posta ad **Accu-Chek Friends – Casella postale 1770 20101 Milano Cordusio**



Compilando questo coupon e inviandolo per fax al numero **039 2817394**



Inviando un **mail all'indirizzo info@acfriends.it.**



Mandando un **SMS al numero 340.6709292.** Ricordate di iniziare il messaggio con le lettere **ACF**. Basta segnalare il numero di tessera e indicare che si desidera il raccoglitore.

Inoltre, se non avete ricevuto le schede allegate ai precedenti tre numeri di questa newsletter potete richiederle utilizzando lo stesso coupon o scaricarle dal sito **www.acfriends.it.**



Desidero ricevere gratuitamente il raccoglitore

Desidero ricevere gratuitamente le seguenti schede:

Schede allegate al numero 9 della newsletter

Schede allegate al numero 10 della newsletter

Schede allegate al numero 11 della newsletter

Nome _____

Cognome _____

Indirizzo _____

CAP _____

Città _____

Scheda ACF numero _____



Chiedeteci di più