Angela Zanfardino

Non rincorriamo la gliceMIA… la gliceSUA… la gliceTUA… :

10 errori da non commettere per una convivenza serena con la terapia insulinica

18.06.2020

DIRETTA LIVE FACEBOOK, h. 18

AMD ASSOCIAZIONE MEDICI DIABETOLOGI 1974 ANNO DI FONDAZIONE

SID Società Italiana di Diabetologia fondata dal 1964

sie Società Italiana Endocrinologia

SIEDP

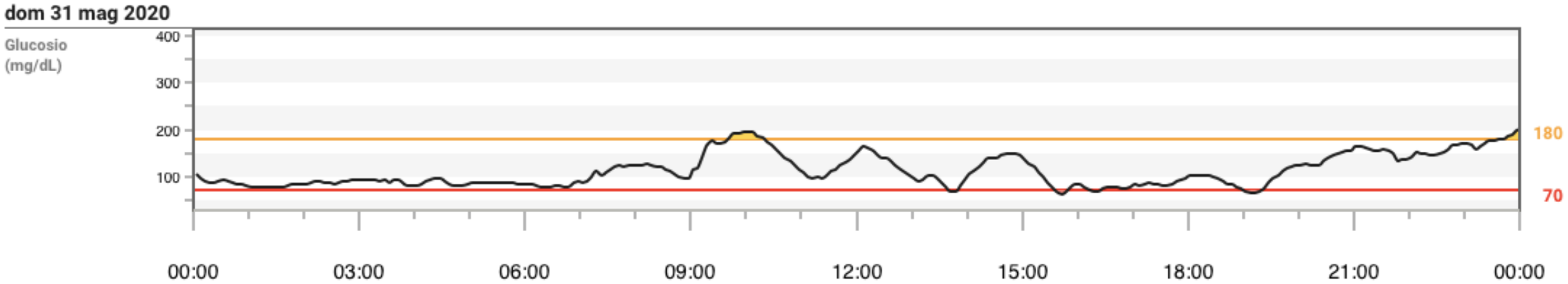
Un'ora con AMD-SID-SIE-SIEDP

Supporto tecnologico

METEDA

Ma cosa intendiamo per «matrimonio » felice?

6,8 %	148 mg/dL	55 mg/dL	ALTO / MODERATO / BASSO / **MINIMO**	27% Alto / 69% Nell'intervallo / 3% Basso / 1% Ipoglicemia urgente	Giorni con dati CGM 100% 14 / 14 / Calibrazioni medie al giorno 0,0
A1C stimato	Glicemia media (CGM)	Deviazione standard (CGM)	Rischio di ipoglicemia	Tempo nell'intervallo	Utilizzo del sensore



1° Errore

Non ruotare i siti di iniezione dell'insulina

-Non iniettare l'insulina in profondità (derma o muscolo)

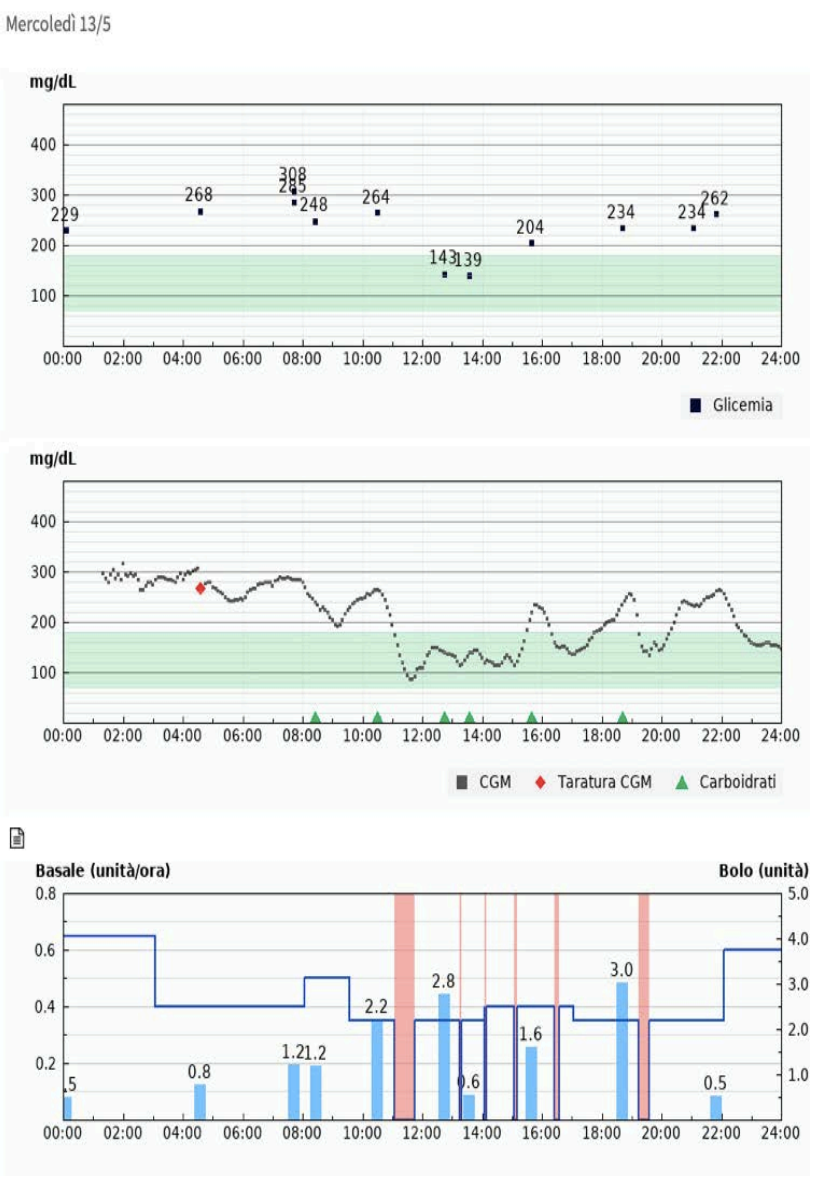
- Cambia l'ago ad ogni iniezione
- Ruota i siti di iniezione e distanzia di almeno 1 cm le iniezioni
- Utilizza ago corto meglio se da 4 mm

1° Errore

Evita le iniezioni di insulina in aree lipodistrofiche perché qui l'assorbimento è imprevedibile e potrebbe causare **ipoglicemia** o **iperglicemia** inaspettata.

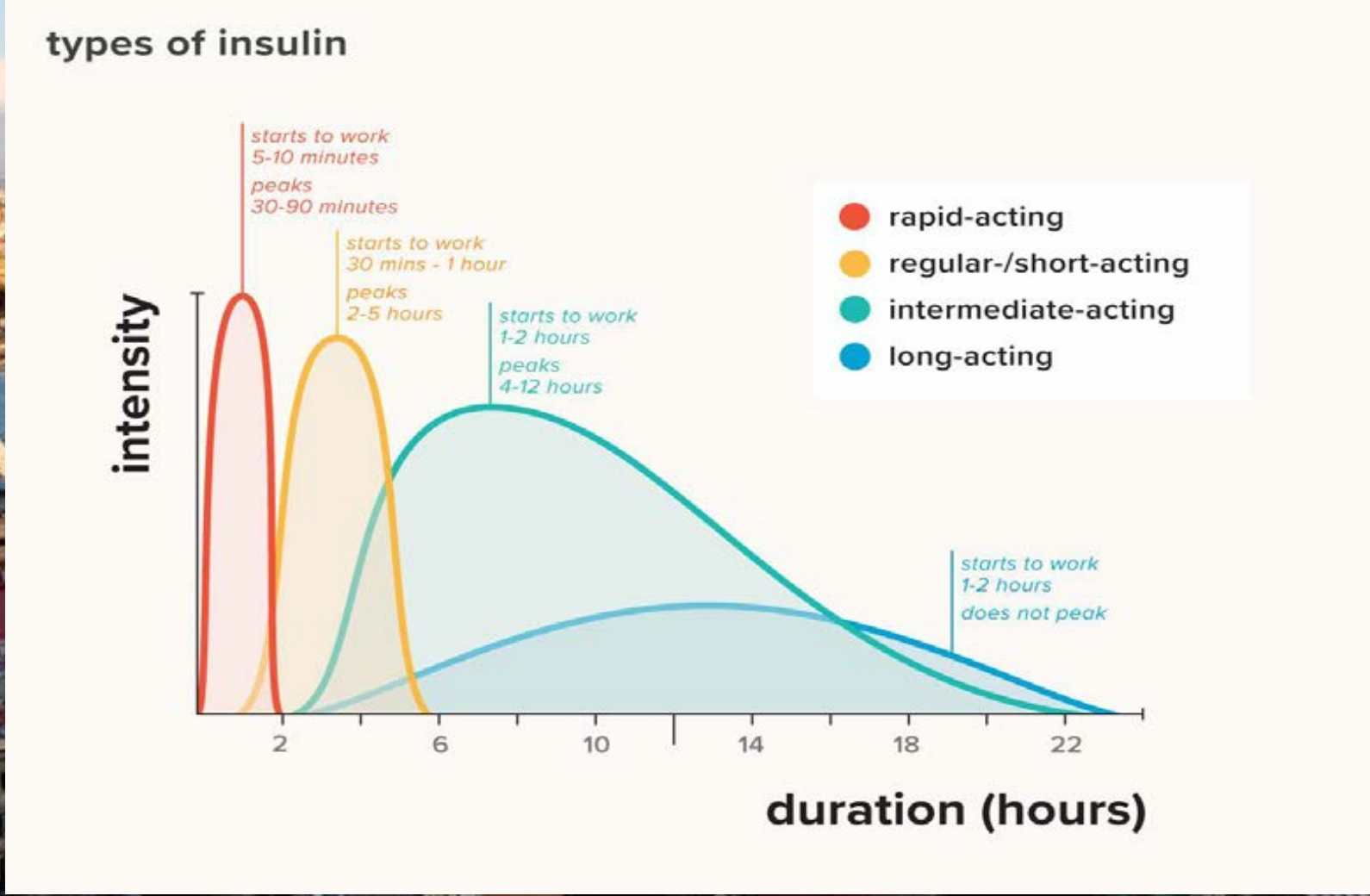
1° Errore

Non ruotare i siti di iniezione (MICRONFUSORI)

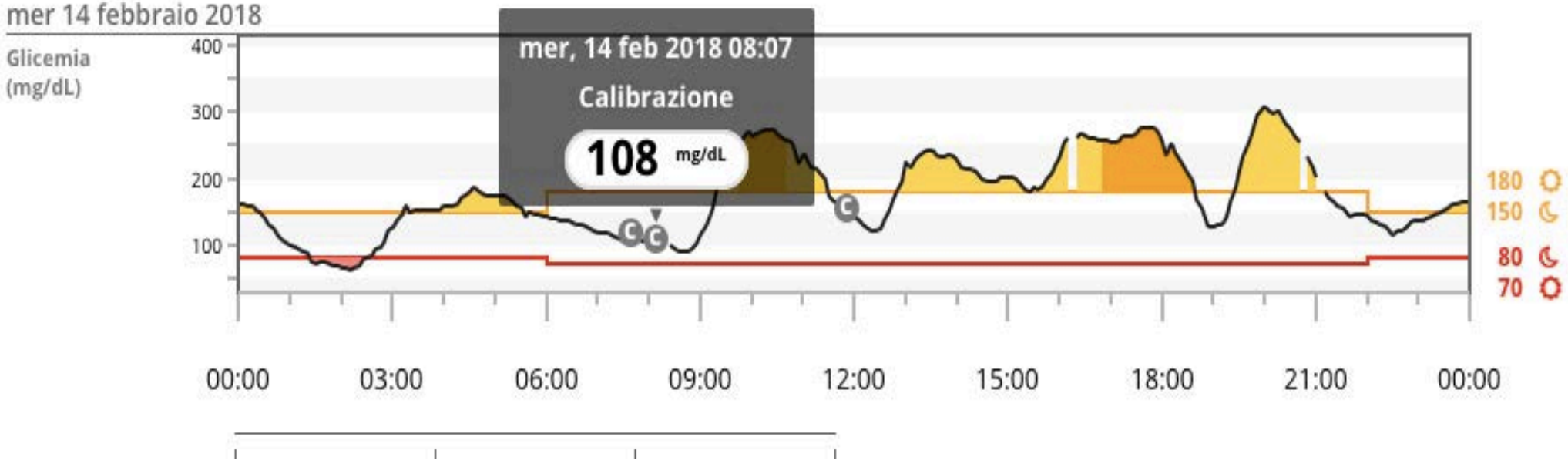


2° Errore

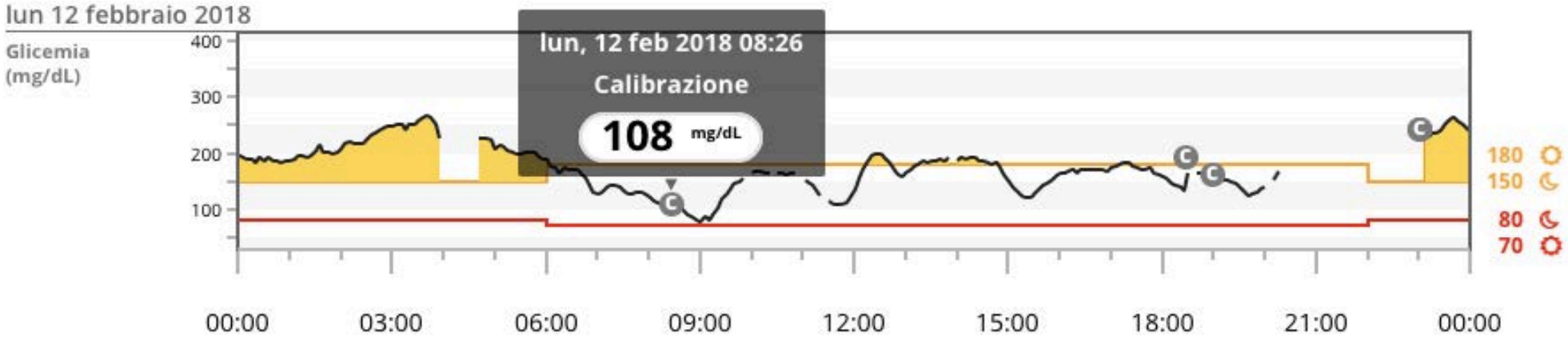
Non rispettare i «tempi» dell'insulina



mer 14 febbraio 2018



lun 12 febbraio 2018



08:26 108 mg/dL	18:27 192 mg/dL	18:59 162 mg/dL	23:01 243 mg/dL	23:02 243 mg/dL

Rispettiamo l'insulina … e i " suoi tempi"

Insulina ad azione ultrarapida (Novorapid, Humalog, Apidra)

15 minuti *di attesa prima di iniziare il pasto*

Tempo di insulina attiva ***(IOB)***
2-3 h

Insulina ad azione rapida (Humulin R, Insuman R)

30 minuti di attesa prima di iniziare il pasto

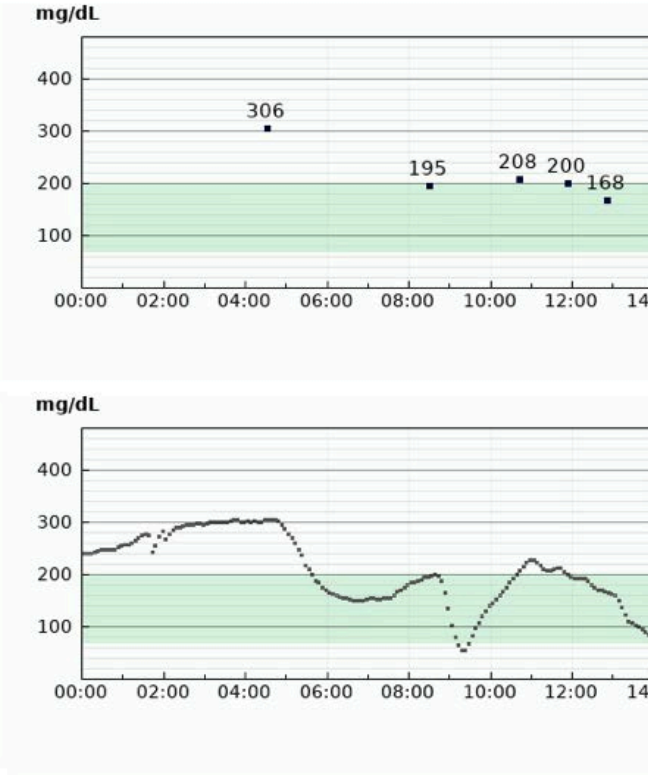
Tempo di insulina attiva **(IOB)**
5-6 h

Bisogna attendere sempre, prima di mangiare , anche con la glicemia al limite basso (80-90 etc etc)?

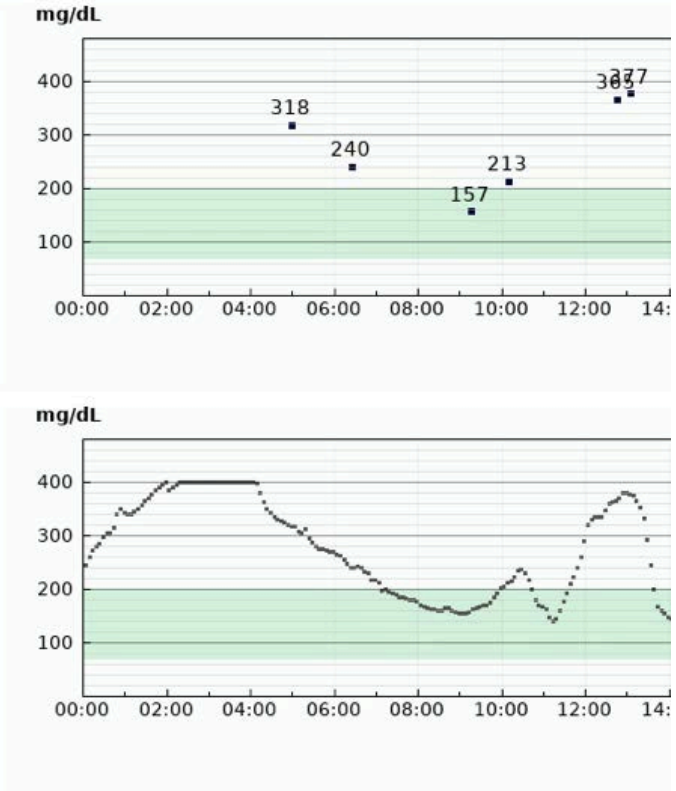
3° Errore

Praticare boli o dosi di insulina ravvicinate

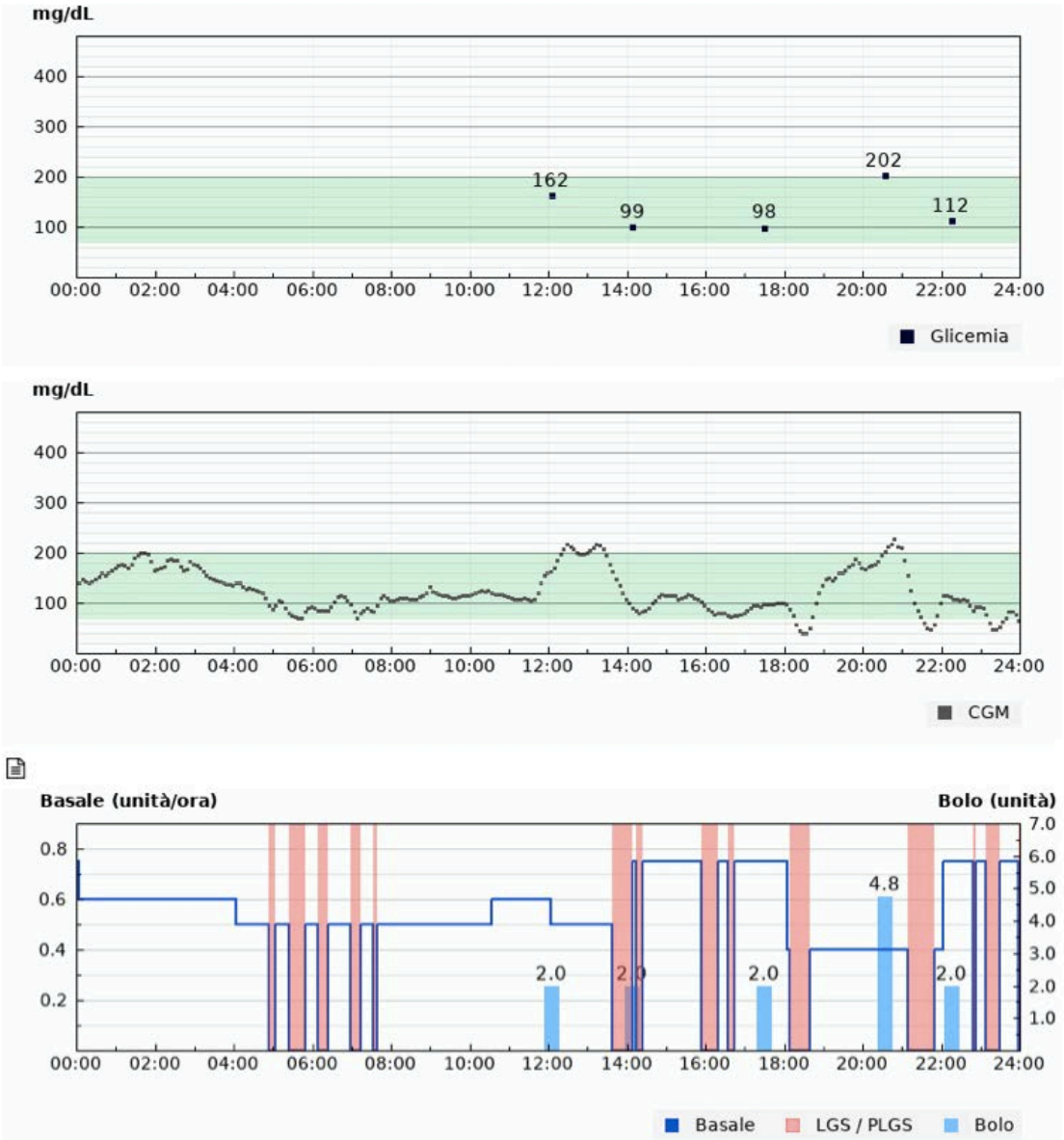
Giovedì 4/6



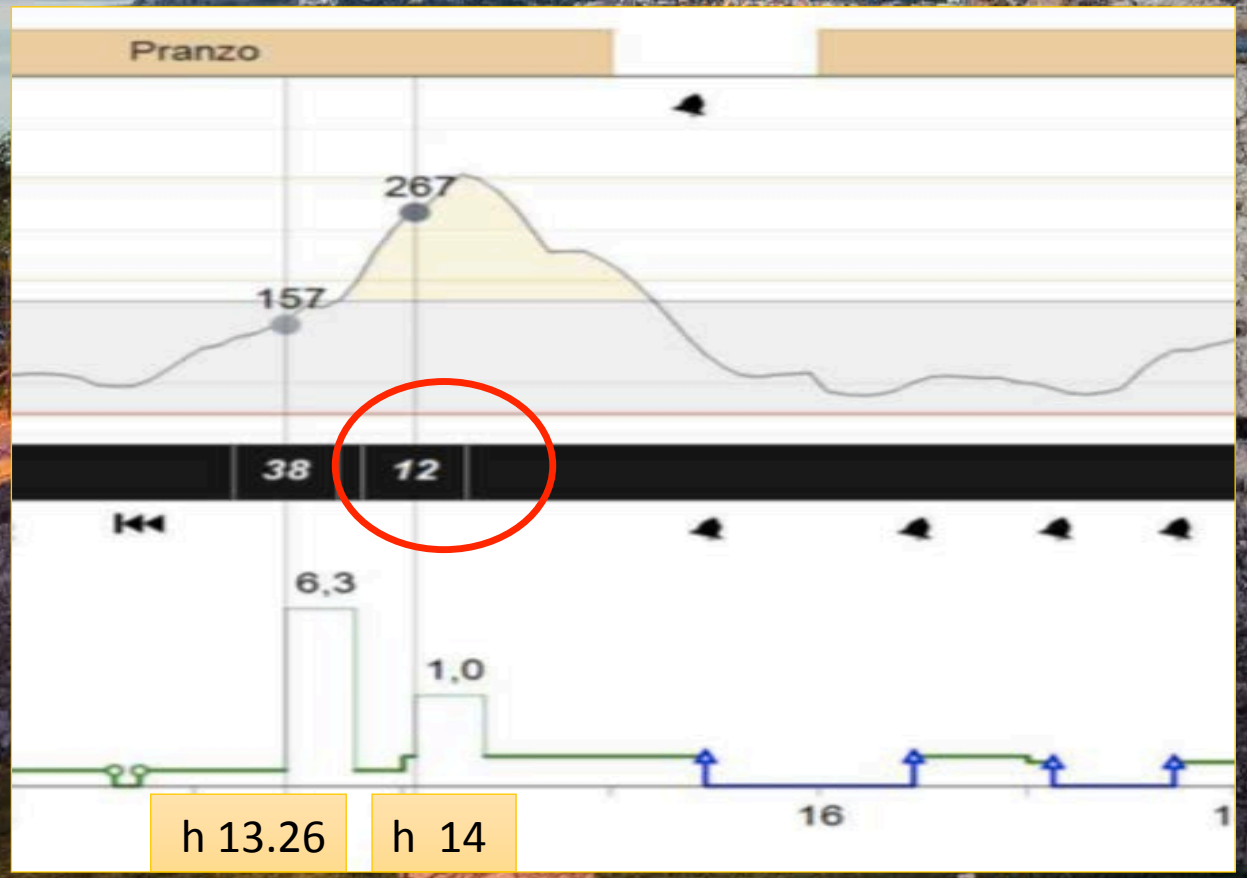
Domenica 31/5



Venerdì 29/5

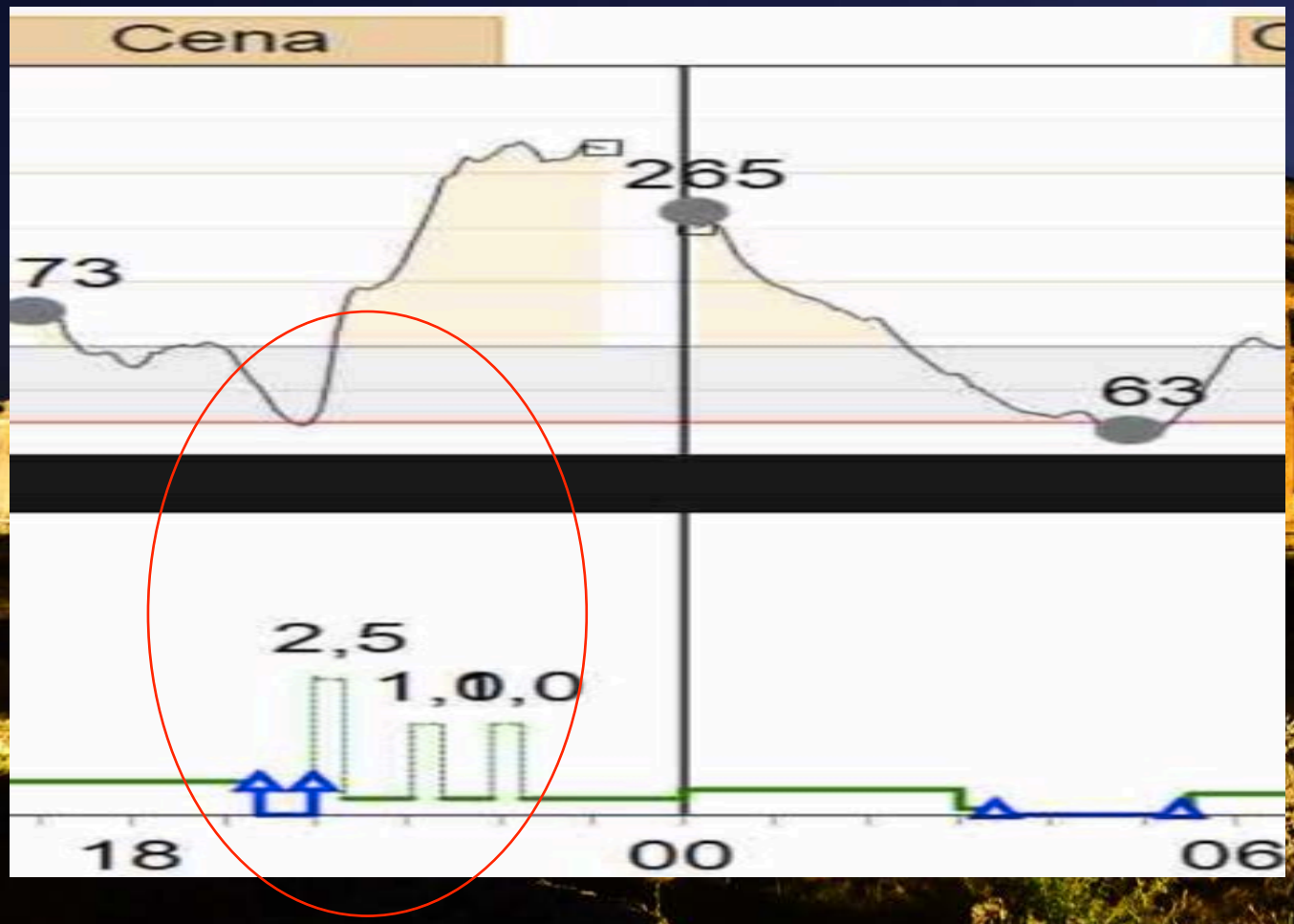


Evitare boli ravvicinati sia per i pasti che per le correzioni delle iperglicemie



BOLI ogni 2 ore

Evitare boli ravvicinati sia per i pasti che per le correzioni delle iperglicemie



Si :
BOLI
ogni
2 ore

NO:
BOLI
sparati
a caso

4° Errore

Pesare i cibi «a occhio»

4° Errore

Pesare i cibi «a occhio»

PANINO (

PANINI AI L'OLIO

PANE DI SEMOLA (tipo Altamura)

PESO	CHO
80g	38,2g
n. pz 1	Proteine 7,6g
Kcal 218,4	Lipidi 3,3g

4° Errore

Pesare i cibi «a occhio»

PORZIONE 2
80g pasta +
174g ingredienti condimento

CRUDO	CHO
80g pasta	67,8g
Cotto 280g	Proteine 25g
Kcal 467	Lipidi 12,5g

40g pasta 80g fagioli	67,4g
Cotto 335g	Proteine 20,1g
Kcal 441,6	Lipidi 11,9g

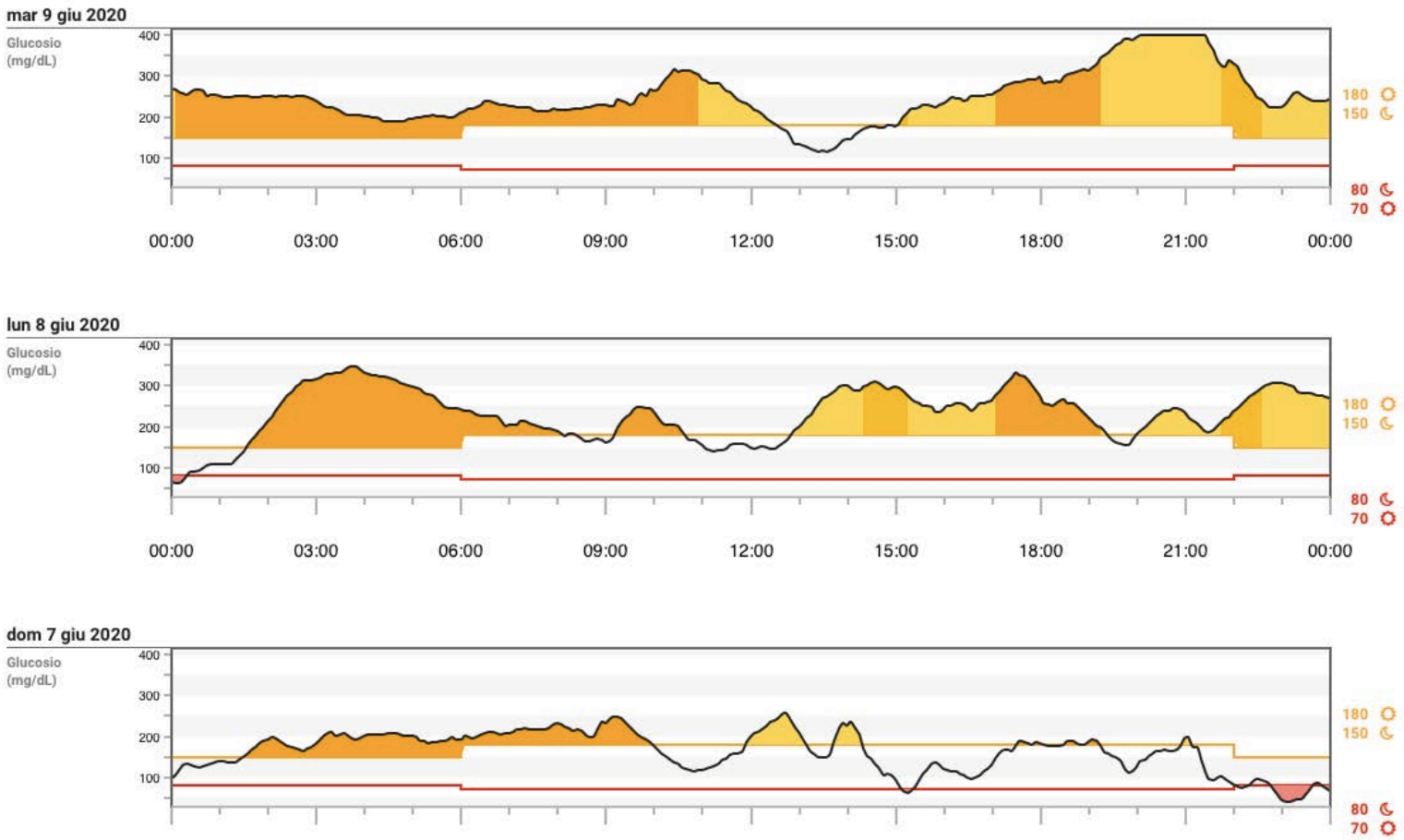
PORZIONE 2
80g pasta +
147g ingredienti condimento

CRUDO	CHO
80g pasta	67,2g
Cotto 280g	Proteine 26,2g
Kcal 441	Lipidi 9,4g

45g pasta	52g
Cotto 315g	Proteine 30,9g
Kcal 522	Lipidi 22,6g

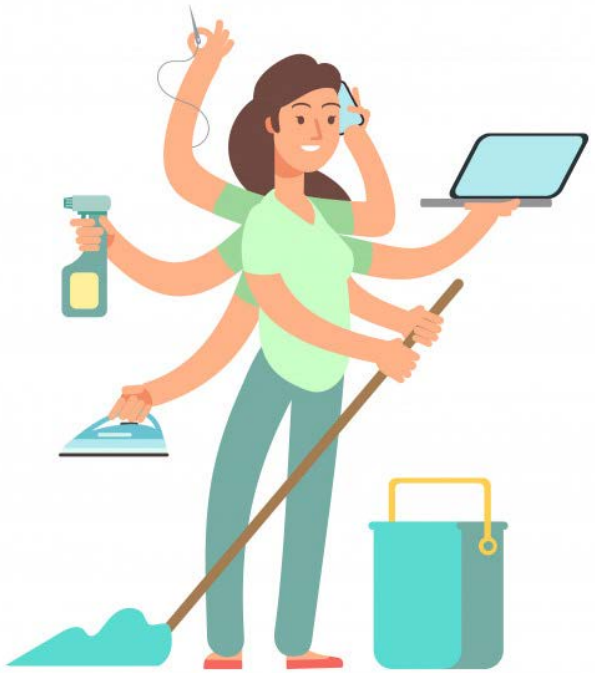
4° Errore

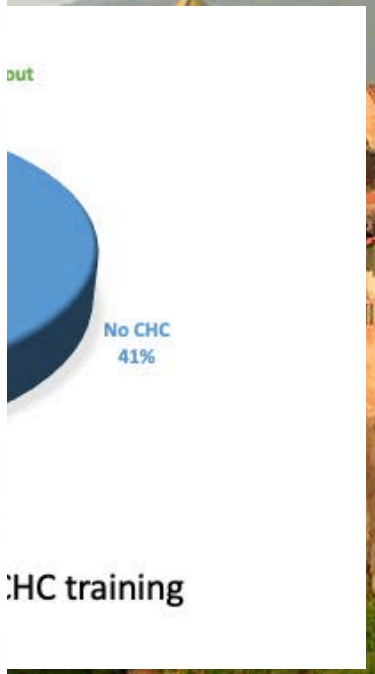
Pesare i cibi «a occhio»

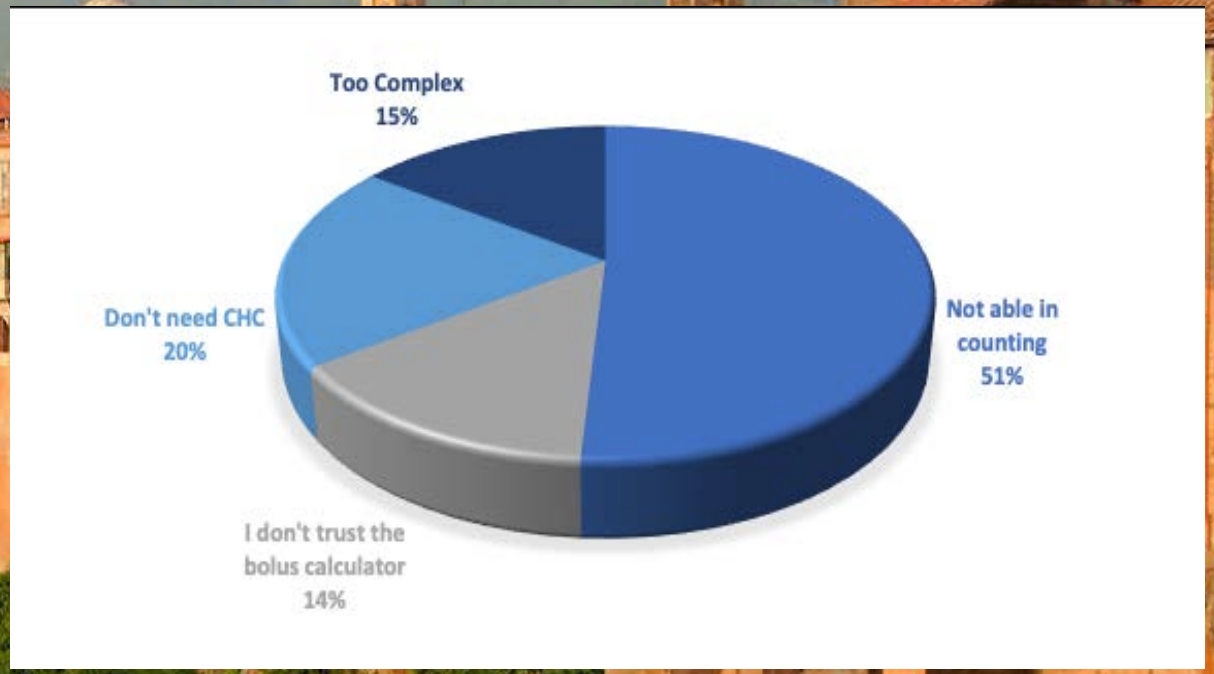


5° Errore

Non usare il calcolatore di bolo







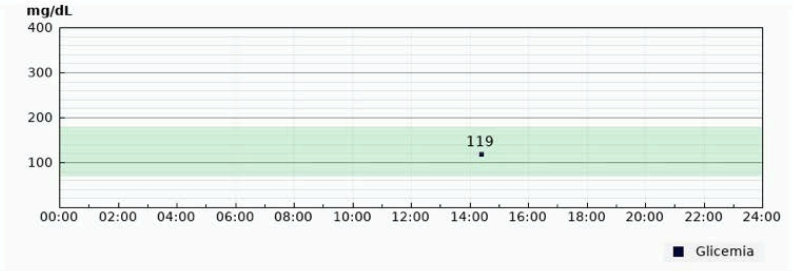
ATTD
Advanced Technologies
& Treatments for Diabetes
THE 13TH INTERNATIONAL CONFERENCE ON
ADVANCED TECHNOLOGIES &
TREATMENTS FOR DIABETES
MADRID
19-22 FEBRUARY, 2020, MADRID, SPAIN

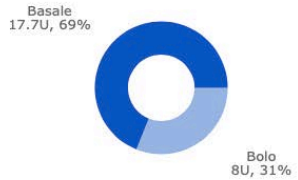
6° Errore

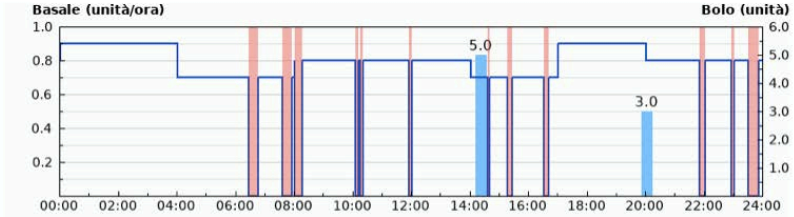
MANGIARE SENZA INSULINA

SPUNTINO senza Insulina

Sabato 16/5







Basale

Ora	U/h
00:02	0.900
04:02	0.700
06:27	0.000
06:47	0.700
07:37	0.000
07:57	0.700
08:02	0.800
08:02	0.000

Mostra di più

Bolo Espandi

Ora	U
14:24	5.00
20:04	3.00

Mostra di più

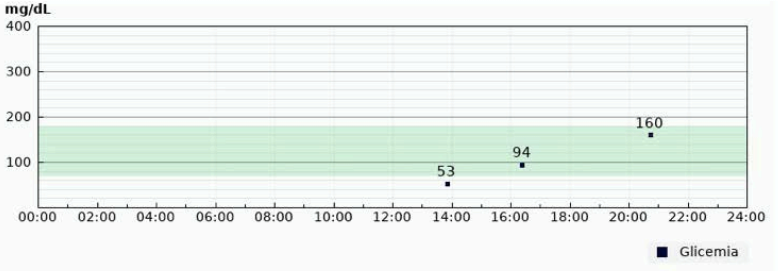
LGS / PLGS

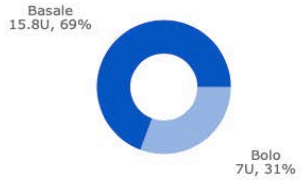
	Tempo sospensione (hh:mm)
Totale	02:11

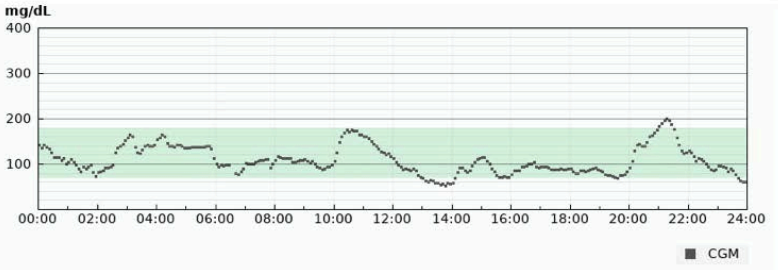
Ora	Durata sospensione (hh:mm)
06:27	00:21

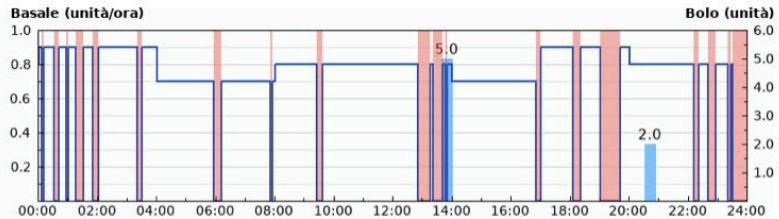
CENA senza insulina (ci penso dopo...)

Giovedì 14/5









Basale

Ora	U/h
00:02	0.900
00:07	0.000
00:12	0.900
00:32	0.000
00:42	0.900
00:57	0.000
01:02	0.900
01:17	0.000

Mostra di più

Bolo Espandi

Ora	U
13:51	5.00
20:44	2.00
Altera (Suggerito: (Corr:	0.67) 0.67)

Mostra di più

LGS / PLGS

	Tempo sospensione (hh:mm)
Totale	03:50

Ora	Durata sospensione (hh:mm)
00:07	00:05

DOMANDE

AMD ASSOCIAZIONE MEDICI DIABETOLOGI 1974 ANNO DI FONDAZIONE

SID Società Italiana di Diabetologia fondata dal 1964

sie Società Italiana Endocrinologia

SIEDP

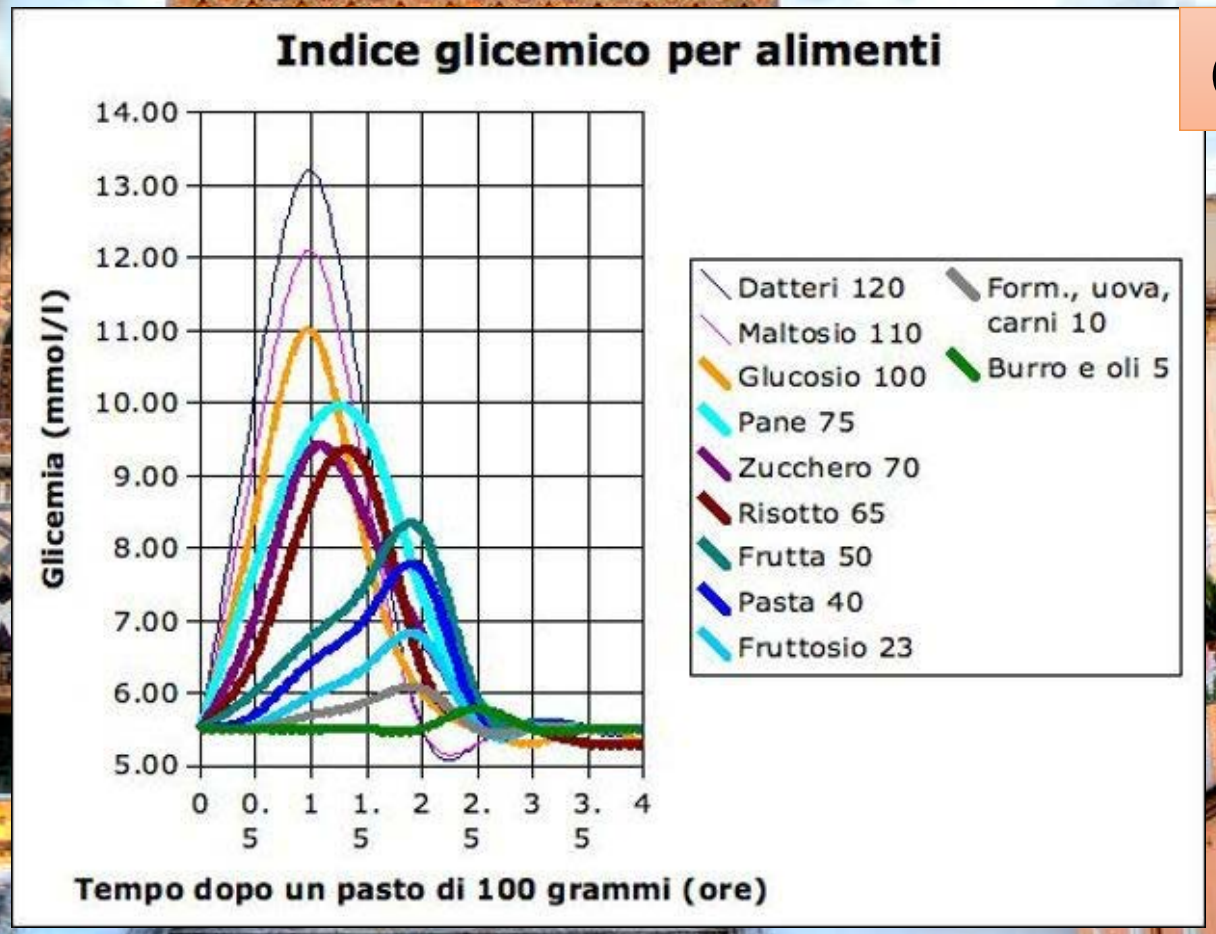
Un'ora con AMD-SID-SIE-SIEDP

Supporto tecnologico

METEDA

7° Errore

Non correggere l'ipoglicemia col giusto metodo



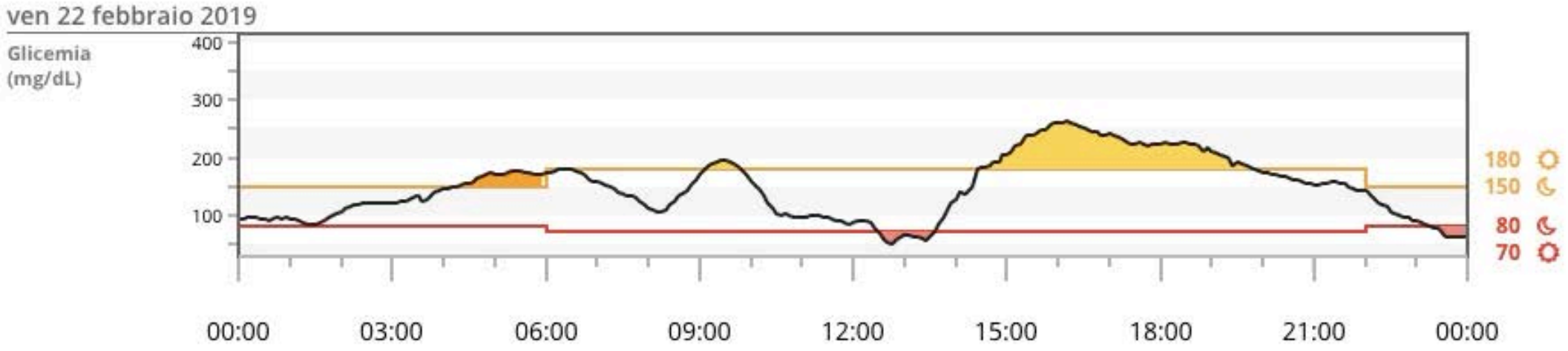
Glucosio !!!!!!!

NO ! 😡&$!#%

- Biscotti
- Pane
- Pasta
- Cioccolato
- Frutta (non dolcificata)
- Dolci

Correzione ipoglicemia con GLUCOSIO

Correzione ipoglicemia
«MANGIO PRIMA E DOPO PRATICO L'INSULINA»



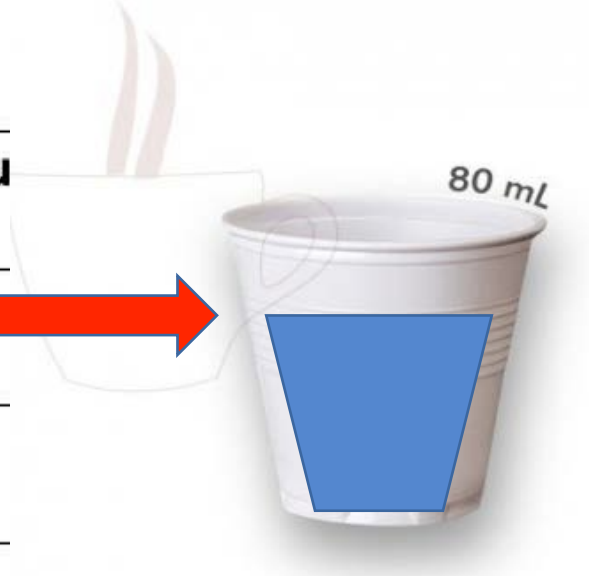
Interpretazione dei dati di **trend**

Valutazione dell'andamento a 30'

SENSORE FGM		↓	↘	↗	↑	
SENSORE SENZA PREDITTIVO G5/G6	↓↓	↓	↘	↗	↑	↑↑
SENSORE CON PREDITTIVO	↓↓↓	↓↓	↓	↑	↑↑	↑↑↑
TREND	- 100	- 75	- 50	+ 50	+ 75	+ 100

Attenzione ! Un bambino che pesa 20 kg può correggere un'ipoglicemia con un minimo di 2 gr di glucosio (0,1 gr/kg) e con un massimo di 6 gr di glucosio (0,3 gr/kg).

Mio figlio/a pesa ……..corregge con un minimo di …… e con un massimo di……..



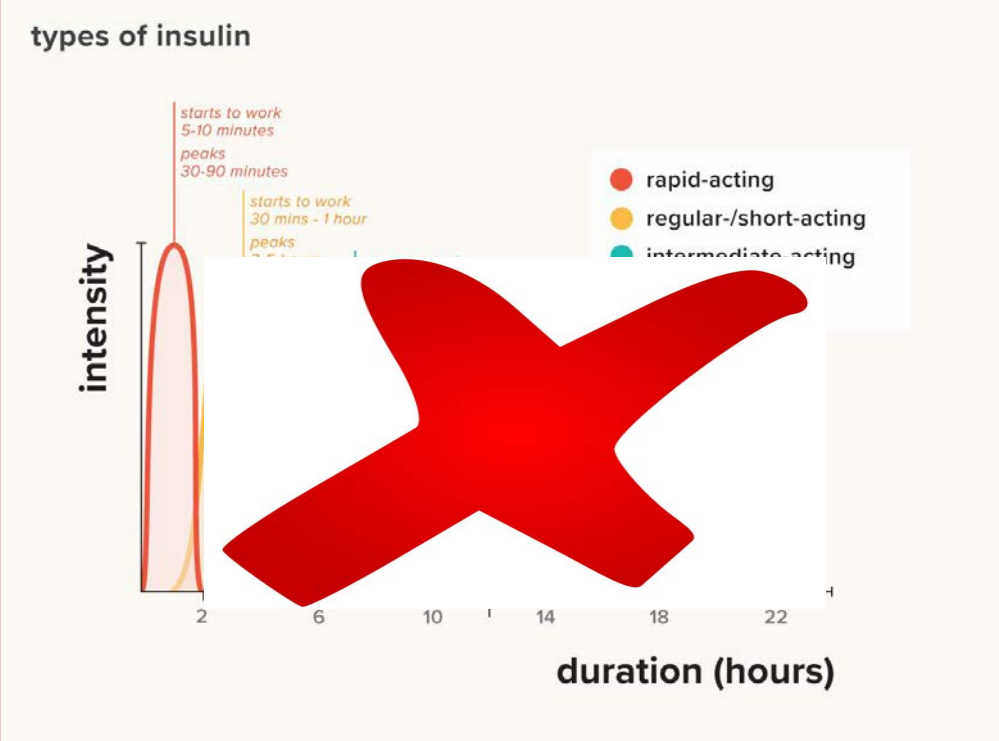
	Succo di fru	**cola**	**Zucchero da cucina**
5 gr di glucosio			1 cucchiaino raso o una bustina
10 gr di glucosio	100 ml	l	2 cucchiaini rasi o 2 bustine
15 gr di glucosio	150 ml	l	3 cucchiaini rasi o 3 bustine

N.B. Un bicchierino da caffè fino alla fine della zona corrugata contiene 50 ml di liquido, fino all'orlo 80 ml

NO BISCOTTI!!!!!!!!!!!

8° Errore

Sottovalutare le iperglicemie in corso di terapia con microinfusore



8° Errore

Sottovalutare le iperglicemie in corso di terapia con microinfusore

INSULINA

SUBITO!!!

GLICEMIA

CHETONI

9° Errore

Non programmare l'attività sportiva

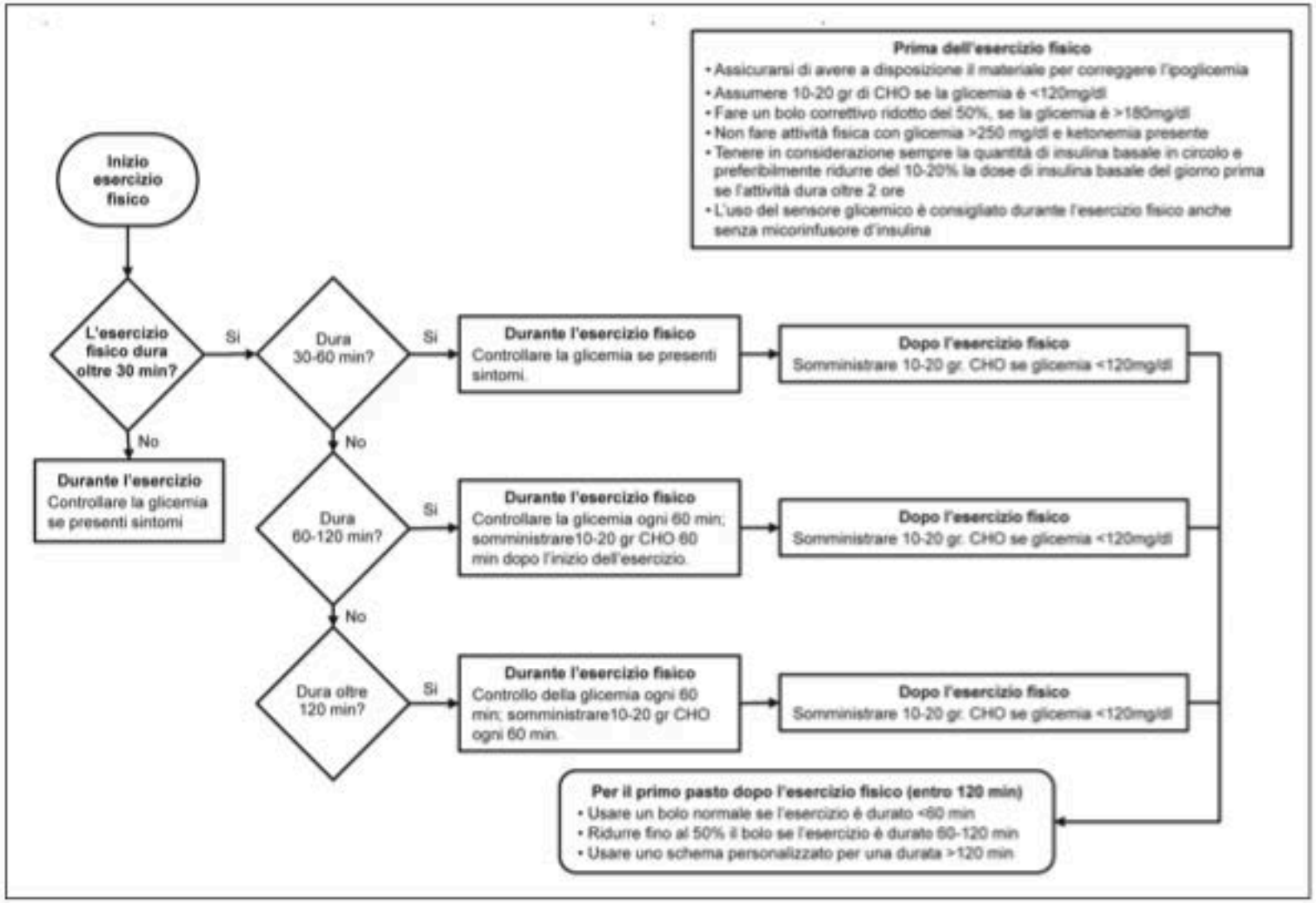


Figura 2. Albero decisionale per l'attività fisica in bambini e ragazzi con diabete di tipo 1 che usano la terapia insulinica multi-iniettiva

InCamp

Studio prospettico, osservazionale, per la valutazione dell'effetto dell'attività fisica sul controllo glicemico e sulla dose insulinica, durante un campo scuola estivo per bambini affetti da diabete mellito di tipo 1

Università degli Studi della Campania *Luigi Vanvitelli*

Centro Regionale di Diabetologia Pediatrica "G. Stoppoloni"

10° Errore

ACTA BIOMEDICA QUADERNI
ATENEI PARMENSIS | FOUNDED 1887

Official Journal of the Society of Medicine and Natural Sciences of Parma and Centre on health systems' organization, quality and sustainability, Parma, Italy

The Acta Biomedica is indexed by Index Medicus / Medline Excerpta Medica (EMBASE), the Elsevier BioBASE, Scopus (Elsevier) and Bibliovigilance

RACCOMANDAZIONI SULL'UTILIZZO DELLA TECNOLOGIA IN DIABETOLOGIA PEDIATRICA 2019

Free on-line www.actabiomedica.it

Mattioli 1885

9. DOWNLOAD, TELEMEDICINA, APPS e ADVISORS

Download

Lo scarico dei dati di microinfusori, CGM e FGM all'interno di piattaforme web consente ai pazienti e ai *caregivers* di visualizzare in pochi secondi i report interattivi con statistiche del controllo glicemico (glicemia media, DS, TIR, % ipoglicemie e iperglicemie, stima della HbA1c), impostazioni del microinfusore (basale, boli, ICR, FSI, IOB) e grafici degli andamenti glicemici (medie orarie, giornaliere). Anche lo staff medico-infermieristico può visionare i dati in remoto o durante la visita ambulatoriale e fornire appropriati consigli terapeutici. Questo modo di gestire i dati consente di migliorare il controllo glicemico e l'HbA1c, ma è sotto-utilizzato dai pazienti (Livello IV, Forza B; Wong 2015, Beck 2015).

Come convivere con serenità?

- Evitiamo le «personalizzazioni»:
  poche regole meno stress
- Guardiamo il grafico non la glicemia singola
- Ricordiamoci sempre che in casa comanda la «sposa»
- …ma la «suocera» pure non scherza
- Che lo sport è utile ma bisogna saperlo gestire
- Che se credo di aver capito ma in realtà sono confuso…

hai sempre l'aiuto da casa: il tuo diabetologo!

DOMANDE

AMD ASSOCIAZIONE MEDICI DIABETOLOGI 1974 ANNO DI FONDAZIONE

SID Società Italiana di Diabetologia fondata dal 1964

sie Società Italiana Endocrinologia

SIEDP

Un'ora con AMD-SID-SIE-SIEDP

Supporto tecnologico

METEDA

Un'ora con AMD-SID-SIE-SIEDP

COMITATO SCIENTIFICO

Giacomo Vespasiani, Natalia Visalli,
Massimiliano Petrelli, Ivana Rabbone, Salvatore Cannavò

Seguici su
Associazione Medici Diabetologi AMD
Fondazione Diabete Ricerca Onlus
Società Italiana di Endocrionologia
SIEDP Società Italiana di Endocrinologia e Diabetologia Pediatrica

Supporto tecnologico
METEDA