

Diabete Tipo 1

Il diabete Tipo 1 viene normalmente diagnosticato nei bambini e nei giovani adulti: per questo era conosciuto come diabete giovanile. Nel diabete Tipo 1, l'organismo non produce più insulina. L'insulina è necessaria al nostro corpo per poter utilizzare lo zucchero. Lo zucchero è la principale fonte di energia per le cellule e l'insulina permette che lo zucchero passi dal sangue alle cellule. Quando lo zucchero si accumula nel sangue invece di raggiungere le cellule, può causare due problemi:

- Nell'immediato, le cellule mancano dell'energia necessaria.
- Nel tempo, i livelli di zucchero nel sangue (glicemia) elevati possono danneggiare gli occhi, i reni, i nervi e il cuore (complicanze).

Scoprire di avere il diabete è quindi una cosa spaventosa? Niente affatto! Certo, è una malattia seria. Ma le persone col diabete possono vivere a lungo, in salute, e serenamente. Come? Prendendosi cura di se stessi.

Insulina - Perché non ce n'è abbastanza?

Il pancreas, un organo vicino allo stomaco, produce insulina. Contiene delle cellule (le cellule beta) che hanno una funzione vitale: producono insulina, un ormone che aiuta il corpo a utilizzare lo zucchero che gli è necessario.

In alcuni casi, le cellule beta vengono distrutte e il pancreas non produce più insulina.

Molte potrebbero essere le cause della distruzione delle cellule beta, ma nella maggior parte delle persone con diabete Tipo 1, è il sistema immunitario a commettere un errore. Le cellule che normalmente proteggono dai germi, attaccano le cellule beta, e le uccidono. E senza di esse, non si produce insulina, lo zucchero nel sangue aumenta, e si diventa diabetici.

Aver cura del diabete

Molte persone con il diabete Tipo 1 vivono a lungo e sani. La chiave è mantenere la glicemia all'interno di un intervallo prestabilito. Si può fare con la dieta, l'esercizio fisico e l'insulina. Bisogna anche controllare regolarmente la glicemia: per far questo, si preleva una piccola goccia di sangue e la si posa su una speciale striscia reattiva. Un piccolo strumento elettronico dirà quanto zucchero c'è nel sangue. Sarà invece il medico a decidere quante volte è necessario controllare la glicemia.

Il diabete può causare tre tipi di problemi

- Glicemia alta
- Glicemia bassa
- Complicazioni

La miglior difesa contro le complicanze è prendersi cura di se stessi e controllare il diabete. Mantenendo la glicemia entro i livelli normali si starà meglio subito e si potranno evitare le complicanze.