

Autocontrollo, autogestione e responsabilità nella terapia diabetica: quale alleanza medico-paziente

**Dr. Pietro Rampini
U.O. Diabetologia
A.O. Fatebenefratelli e Oftalmico
Milano 21/04/2012**

**Dr. Pietro Rampini
Milano 21/4/2012**



Autocontrollo, autogestione

Autocontrollo

automonitoraggio domiciliare della glicemia

strumento terapeutico

Autogestione

gestione della terapia in funzione dell'automonitoraggio
o di eventi eccezionali per il raggiungimento
dell'obiettivo concordato.

condivisione

Autocontrollo, autogestione

Autocontrollo



Autogestione

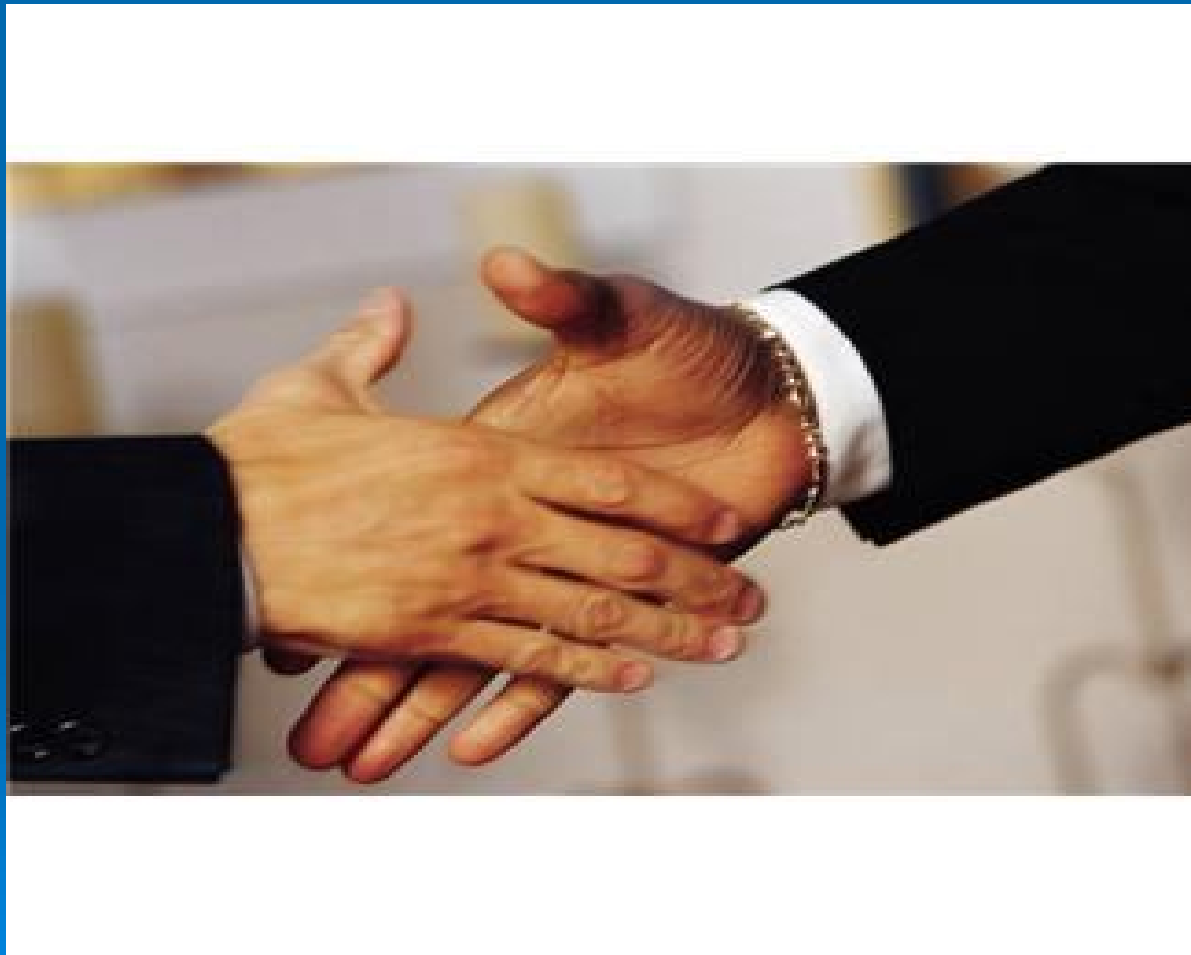
Dr. Pietro Rampini
Milano 21/4/2012

Autocontrollo, autogestione

L'autocontrollo della glicemia deve essere inserito e far parte integrante di un **programma di educazione diabetologica** da svolgere in accordo tra paziente ed operatori sanitari, al fine del migliore utilizzo ed interpretazione dei risultati per un continuo empowerment mirato per raggiungere gli obiettivi concordati.







Dr. Pietro Rampini
Milano 21/4/2012

Autocontrollo, autogestione

Raccomandazioni sull'uso e la periodicità dell'autocontrollo AMD-SID 2003

Si individuano le seguenti **classi di pazienti in funzione della terapia:**

- 1) Terapia insulinica intensiva
- 2) Terapia insulinica convenzionale o mista
- 3) Terapia ipoglicemizzante orale con farmaci secretagoghi
- 4) *Terapia dietetica e/o con farmaci insulino-sensibilizzanti*

Autocontrollo, autogestione

Classe 1 (Terapia insulinica intensiva)

- a) Di regola 4 controlli/die in condizioni routinarie
- b) Numero illimitato in condizioni di squilibrio glicemico o malattie intercorrenti, per periodi limitati alla risoluzione del fatto

Classe 2 (T. insulinica convenzionale o mista)

- a) Numero di controlli quotidiani pari al numero di iniezioni
- b) Numero illimitato in condizioni di squilibrio glicemico o malattie intercorrenti, per periodi limitati alla risoluzione del fatto

Autocontrollo, autogestione

Classe 3 (T. ipoorale/ secretagoghi)

- a) Numero di controlli pari a un profilo settimanale su 4 punti in routine
- b) Fino a 2 controlli/die in presenza di rischio elevato di ipoglicemia o conseguenze potenzialmente gravi dell'ipoglicemia (coronaropatia, vasculopatia cerebrale, retinopatia proliferante)
- c) Numero illimitato in condizioni di squilibrio glicemico o malattie intercorrenti, per periodi limitati alla risoluzione del fatto



Classe 4 (T.dietetica e/o con farmaci insulino-sensibilizzanti)

L'efficacia dell'autocontrollo della glicemia in questa classe di pazienti non è a tutt'oggi dimostrata

Fa eccezione a quanto sopra il *diabete gestazionale* in cui è indicato l'autocontrollo domiciliare della glicemia per decidere quando iniziare la terapia insulinica; la frequenza dei controlli deve essere decisa dal diabetologo in relazione alle singole situazioni cliniche

- Glucometri: sono da considerarsi indispensabili per l'effettuazione dell'autocontrollo domiciliare
- Aghi pungidito, in numero uguale al numero dei controlli previsti, e pungidito a scatto sono ugualmente da considerarsi indispensabili

Autocontrollo, autogestione

L'autocontrollo della glicemia deve essere inserito e far parte integrante di un **programma di educazione diabetologica** da svolgere in accordo tra paziente ed operatori sanitari, al fine del migliore utilizzo ed interpretazione dei risultati per un continuo empowerment mirato per raggiungere gli obiettivi concordati.

Autocontrollo, autogestione

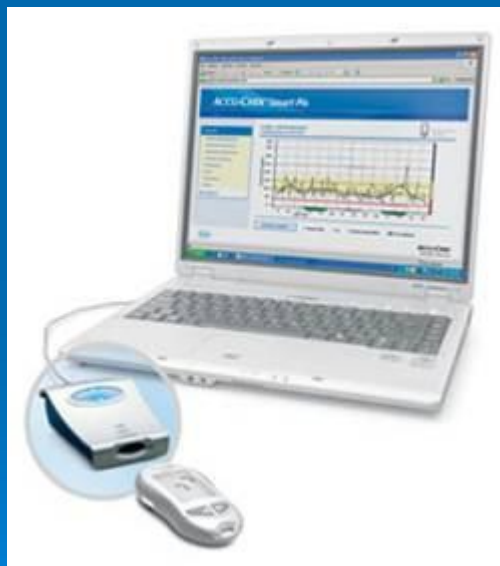
Perché attuarlo

- **Gestione corretta ed individualizzata della terapia** (soprattutto insulinica)
- **Correzione errori** (pratica di somministrazione, tempistica, variazioni dietetiche, attività fisica)
- **Gestione di situazioni impreviste** (febbre ...)









Autocontrollo, autogestione

Come utilizzare i risultati

L'annotazione dei risultati e di altre informazioni inerenti la gestione della patologia è d'importanza fondamentale sia per il paziente che per il medico.

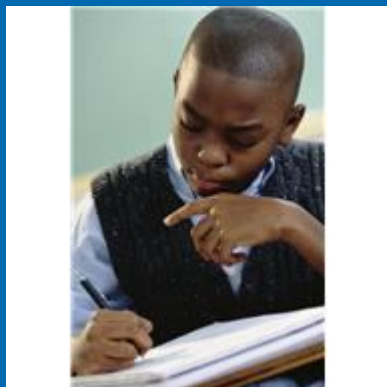
Solamente dall'attenta analisi e dalla discussione dei dati registrati ha, infatti, origine il "progetto terapeutico" più adatto.

Autocontrollo, autogestione

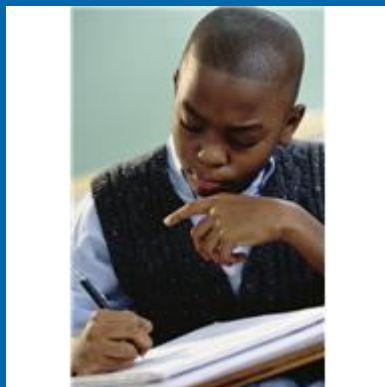


Dr. Pietro Rampini
Milano 21/4/2012

Autocontrollo, autogestione



Autocontrollo, autogestione



Autocontrollo, autogestione

???



.. non sempre si riesce

Autocontrollo, autogestione

.. condivisione



Autocontrollo, autogestione

Usare un diario giornaliero significa quindi annotare su un'agenda o sul proprio computer:

- i valori della glicemia
 - i valori della glicosuria
 - i valori della chetonuria, (presenza di corpi chetonici nelle urine)
- le dosi assunte di insulina (o di altri farmaci ipoglicemizzanti orali)
 - l'attività fisica svolta
 - tutti gli altri eventi occorsi durante la giornata che sono rilevanti ai fini del diabete

autocontrollo, autogestione

L'autocontrollo della glicemia è una pratica che fornisce, tanto al paziente quanto alla sua famiglia, gli strumenti adatti per:

conseguire un adeguato compenso metabolico

– prevenire o posticipare l'insorgenza delle complicanze acute (cheto acidosi e ipoglicemia)

prevenire o posticipare l'insorgenza delle complicanze croniche
(retinopatia, nefropatia, micro e macro-angiopatia)

autocontrollo, autogestione

Tutto ciò, nella pratica, si traduce in una
migliore conoscenza della propria malattia,
allo scopo di mantenere un'elevata qualità di vita
riducendo al contempo i costi che comportala
gestione del diabete

Autocontrollo, autogestione

Timing dei controlli

Almeno 3-4 volte al giorno in pazienti in terapia insulinica intensiva o con microinfusore di insulina

Almeno due volte al giorno in pazienti in terapia mista che non raggiungono i target glicemici prefissati e concordati

Almeno un profilo glicemico settimanale nei pazienti in terapia mista o solo con ipoglicemizzanti orali secretagoghi che mantengono i target

autocontrollo, autogestione

La frequenza può variare in relazione a particolari situazioni cliniche ed in presenza di stati di squilibrio metabolico

Nel diabete gestazionale la frequenza va definita in relazione alla necessità di instaurare una terapia insulinica; se viene instaurata si uniforma ad una situazione di terapia intensiva.

Autocontrollo, autogestione

| | IDF | AACE | ADA |
|---|-------------|-------------|----------------------|
| HbA1c | <6.5 | ≤6.5 | >7.0 |
| Glicemia digiuno/preprandiale (mmol/L / mg/dL) | <6.0 / <110 | <6.0 / <110 | 3.9 - 7.2 / 70 - 130 |
| Glicemia 2h dopo i pasti (postprandiale) (mmol/L / mg/dL) | <7.8 / <140 | <7.8 / <140 | <10.0 / <180* |

*L'ADA consiglia di effettuare la misurazione della glicemia postprandiale 1 o 2 ore dopo l'inizio del pasto.

Autocontrollo, autogestione

Profilo 5-punti

| | Pre-colazione | Post-Colazione | Pre-pranzo | Post-pranzo | Pre cena | Post Cena | Notte |
|-----------|---------------|----------------|------------|-------------|----------|-----------|-------|
| Lunedì | | | | | | | |
| Martedì | | | | | | | |
| Mercoledì | X | X | | X | X | X | |
| Giovedì | X | X | | X | X | X | |
| Venerdì | X | X | | X | X | X | |
| Sabato | | | | | | | |
| Domenica | | | | | | | |

Autocontrollo, autogestione

Profilo 7 punti

| | Pre-colazione | Post-Colazione | Pre-pranzo | Post-pranzo | Pre cena | Post Cena | Notte |
|-----------|---------------|----------------|------------|-------------|----------|-----------|-------|
| Lunedì | | | | | | | |
| Martedì | X | X | X | X | X | X | X |
| Mercoledì | X | X | X | X | X | X | X |
| Giovedì | X | X | X | X | X | X | X |
| Venerdì | | | | | | | |
| Sabato | | | | | | | |
| Domenica | | | | | | | |

Autocontrollo, autogestione

| | | | | | | | | |
|-----------|---|---|---|---|---|---|--|---------------------------------|
| Lunedì | X | X | | | | | | Regime SMBG "Scaglionati" |
| Martedì | | | X | X | | | | |
| Mercoledì | | | | | X | X | | |
| Giovedì | X | X | | | | | | |
| Venerdì | | | X | X | | | | |
| Sabato | | | | | X | X | | |
| Domenica | X | X | | | | | | |

Autocontrollo, autogestione

| | Pre-colazione | Post-Colazione | Pre-pranzo | Post-pranzo | Pre cena | Post Cena | Notte |
|-----------|---------------|----------------|------------|-------------|----------|-----------|-------|
| Lunedì | X | X | | | | | |
| Martedì | | | X | X | | | |
| Mercoledì | | | | | X | X | |
| Giovedì | X | X | | | | | |
| Venerdì | | | X | X | | | |
| Sabato | | | | | X | X | |
| Domenica | X | X | | | | | |

Regime SMBG "Scaglionati"

Autocontrollo, autogestione

| | Pre-colazione | Post-Colazione | Pre-pranzo | Post-pranzo | Pre cena | Post Cena | Notte | |
|-----------|---------------|----------------|------------|-------------|----------|-----------|-------|---------------------------------|
| Lunedì | X | X | | | | | | Regime SMBG "Scaglionati" |
| Martedì | | | X | X | | | | |
| Mercoledì | | | | | X | X | | |
| Giovedì | X | X | | | | | | |
| Venerdì | | | X | X | | | | |
| Sabato | | | | | X | X | | |
| Domenica | X | X | | | | | | |

Autocontrollo, autogestione

Test meal based

| | Pre-colazione | Post-Colazione | Pre-pranzo | Post-pranzo | Pre cena | Post Cena | Notte |
|-----------|---------------|----------------|------------|-------------|----------|-----------|-------|
| Lunedì | X | X | | | | | |
| Martedì | | | | | | | |
| Mercoledì | | | X | X | | | |
| Giovedì | | | | | | | |
| Venerdì | | | | | | | |
| Sabato | | | | | X | X | |
| Domenica | | | | | | | |

Autocontrollo, autogestione

Rilevazione/valutazione della iperglicemia a digiuno

| | Pre-colazione | Post-Colazione | Pre-pranzo | Post-pranzo | Pre cena | Post Cena | Notte |
|-----------|---------------|----------------|------------|-------------|----------|-----------|-------|
| Lunedì | | | | | | | X |
| Martedì | X | | | | | | |
| Mercoledì | | | | | | | X |
| Giovedì | X | | | | | | |
| Venerdì | | | | | | | X |
| Sabato | X | | | | | | |
| Domenica | | | | | | | |

SMBG a digiuno, di notte e al mattino, può essere utilizzato per identificare e valutare le iperglicemie.

Autocontrollo, autogestione

Ipoglicemia asintomatica

| | Pre-colazione | Post-Colazione | Pre-pranzo | Post-pranzo | Pre cena | Post Cena | Notte |
|-----------|---------------|----------------|------------|-------------|----------|-----------|-------|
| Lunedì | | | X | | X | | |
| Martedì | | | | | | | |
| Mercoledì | | | X | | X | | |
| Giovedì | | | | | | | |
| Venerdì | | | X | | X | | |
| Sabato | | | | | | | |
| Domenica | | | | | | | |

SMBG pre pranzo e pre cena può essere utilizzato per rilevare le ipoglicemie asintomatiche.

Autocontrollo, autogestione

L'autocontrollo della glicemia deve essere inserito e far parte integrante di un programma di educazione diabetologica da svolgere in accordo tra paziente ed operatori sanitari, al fine del migliore utilizzo ed interpretazione dei risultati per un continuo empowerment mirato per raggiungere gli obiettivi concordati.

Autocontrollo, autogestione

- **Timing dei controlli**
- Almeno 3-4 volte al giorno in pazienti in terapia insulinica intensiva o con microinfusore di insulina
- Almeno due volte al giorno in pazienti in terapia mista che non raggiungono i target glicemici prefissati e concordati
- Almeno un profilo glicemico settimanale nei pazienti in terapia mista o solo con ipoglicemizzanti orali secretagoghi che mantengono i target
- La frequenza può variare in relazione a particolari situazioni cliniche ed in presenza di stati di squilibrio metabolico
- Nel diabete gestazionale la frequenza va definita in relazione alla necessità di instaurare una terapia insulinica; se viene instaurata si uniforma ad una situazione di terapia intensiva. [1, 2]

Autocontrollo, autogestione

L'autocontrollo della glicemia deve essere inserito e far parte integrante di un programma di educazione diabetologica da svolgere in accordo tra paziente ed operatori sanitari, al fine del migliore utilizzo ed interpretazione dei risultati per un continuo empowerment mirato per raggiungere gli obiettivi concordati.

Autocontrollo, autogestione

In particolare per il diabete tipo 2, quando l'autocontrollo non è sostenuto da un'opera di sostegno e di rinforzo da parte del **team diabetologico** la **fiducia** e verosimilmente l'efficacia dell'autocontrollo, in termini di capacità di autogestione si affievoliscono.

Autocontrollo, autogestione

Correlazione tra HbA1c e media glicemica (ADA 2007)

6% 135 mg./dl

7% 170 mg./dl

8% 205 mg./dl

9% 240 mg./dl

10% 275 mg./dl

11% 310 mg./dl

12% 342 mg./dl

Responsabilità nella terapia

Un'efficace relazione medico/paziente

Il *patteggiamento* tra i bisogni della cura e quelli del paziente

La considerazione delle fasi di accettazione della malattia.

L'*empowerment* del paziente, cioè la capacità di renderlo autonomo, legittimandolo ad agire nei confronti della sua malattia



Responsabilità nella terapia

il medico?

Un'efficace relazione medico/paziente

Il *patteggiamento* tra i bisogni della cura e quelli del paziente

La considerazione delle fasi di accettazione della malattia.

L'*empowerment* del paziente, cioè la capacità di renderlo autonomo, legittimandolo ad agire nei confronti della sua malattia

autocontrollo, autogestione



Terapia

condivisione

informazione
(benefici, effetti collaterali, modifiche..)

consenso



Dr. Pietro Rampini
Milano 21/4/2012

autocontrollo, autogestione

e il paziente?

compliance, adesione consapevole, aderenza
(terapia, stile di vita, controlli, formazione ...)



Dr. Pietro Rampini
Milano 21/4/2012

autocontrollo, autogestione

..e il team?

disponibilità?



ascolto!

autocontrollo, autogestione

....e il costo di tutto ciò



Autocontrollo, autogestione

.. mala tempora currunt ...



autocontrollo, autogestione



grazie dell'attenzione

buon lavoro al CD AD e un
immenso grazie al suo presidente



Dr. Pietro Rampini
Milano 21/4/2012