

DIABETE in CALLE



Periodico informativo dell'Associazione Diabetici di Chioggia, via M. Marina 500,
c/o Servizio di Diabetologia - piano terra Villa Verde - Tel. 041.5534387 - Cell. 331.2959823

Distribuzione gratuita
Anno II - numero 4 - febbraio 2019

DIABETE E COMPLICANZE: CHI NON NE HA MAI SENTITO PARLARE?

Dal 1991, il 14 novembre è la data in cui, in tutto il mondo, si celebra la "Giornata Mondiale del Diabete".

L'International Diabetes Federation (IDF) e l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) hanno scelto questa data per sensibilizzare e informare l'opinione pubblica su questa patologia, che è in continuo aumento. A ragion di ciò, nel mese di novembre, vengono organizzate manifestazioni di vario tipo in moltissime realtà.

Il 4 novembre 2018, l'Associazione Diabetici di Chioggia, ha programmato un convegno dove gli esperti hanno parlato delle complicanze meno conosciute, ma che, quando si presentano, sono altrettanto fastidiose e invalidanti.

Le complicanze di cui solitamente si parla, nelle persone affette da diabete, sono a carico dell'occhio, rene, sistema nervoso periferico e sistema cardiovascolare.

Il meccanismo è semplice: il glucosio in eccesso danneggia i vasi sanguigni di tutto il corpo, impedendo che

il sangue e l'ossigeno arrivino in modo corretto, causando danni di diversa natura:

- Occhio: retinopatia diabetica;
- Rene: nefropatia diabetica;
- Sistema nervoso: neuropatia diabetica;
- Sistema cardiovascolare: infarti e ictus.

Inoltre chi soffre di questa patologia, ha una concentrazione di glucosio salivare fino a quattro volte maggiore rispetto a chi non ce l'ha e ha un rischio tre volte maggiore di soffrire di *paradontite* (o *piorrea*).

Un'altra possibile complicanza è la *capsulite adesiva* (o *spalla congelata*), le cui caratteristiche principali sono il dolore e la rigidità della spalla che ne limita il movimento e la rotazione. Questi gli argomenti che affronteranno i nostri specialisti... buona lettura.

il presidente Ass. Diabetici Chioggia
Maria Marangon



Biasioli



Specialista nella cura del Piede

STUDIO DI PODOLOGIA

Dott.ssa Biasioli Sofia

Trattamento delle callosità cutanee - Screening del piede diabetico - Cura dell'unghia incarnita -
Patologie ungueali - Trattamento delle verruche plantari - Rieducazione ungueale -
Realizzazione ortesi plantari e digitali - Analisi computerizzata, statica e dinamica, del cammino

Tel. 349.5203039 - si riceve su appuntamento
Str. Madonna Marina, 457 (fronte Ospedale di Chioggia) - Chioggia (VE)



Coordinamento Associazioni

Diabetici Regione Veneto

Carta dei Servizi

L'ASSOCIAZIONE DIABETICI DI CHIOGGIA

COSA È E A CHI SI RIVOLGE

L'associazione diabetici di Chioggia è un'associazione di volontariato al servizio del paziente diabetico.

COSA OFFRE

I volontari sono presenti al Servizio di diabetologia tutti i giorni dalle 9.00 alle 12.00. Sono a disposizione dei pazienti per affrontare problematiche inerenti la conoscenza della malattia, l'applicazione della terapia, l'autocontrollo, la prevenzione delle complicanze e l'alimentazione. Svolgono ruolo di segreteria e di revisione dell'educazione di base al paziente in lista di attesa. Favoriscono l'educazione sanitaria attraverso corsi diretti ai diabetici e ai loro familiari al Sabato mattina su appuntamento

CORSO "CHE COSA È IL DIABETE"

Incontri gratuiti, presieduti dal nostro Diabetico Guida, sulla comprensione e sulla gestione del diabete per aiutare i pazienti ad essere più autonomi e meno dipendenti dal medico.

CORSO SULLA CURA DEL PIEDE E LA PREVENZIONE DEL PIEDE DIABETICO

Incontri gratuiti, presieduti dal nostro Diabetico Guida, sulla cura e l'attenzione al piede e la prevenzione del piede diabetico, una delle più impattanti complicanze sulla qualità della vita, del diabete.

BIOTESIOMETRIA

Screening ai pazienti in visita con ultrabiotesiometro, acquistato dalla associazione. Un esame fondamentale per individuare pazienti a rischio di sviluppare la complicanza del piede diabetico.

PROGETTO SCUOLE

Visita alle classi V della scuola primaria del territorio ed educazione sul diabete di tipo 1 e prevenzione del diabete di tipo 2 attraverso slides interattive e la distribuzione di opuscoli/fumetto dedicati.

INCONTRI CON LO PSICOLOGO

Mette a disposizione di pazienti scelti dal Team Diabetologico, consulenze con una psicologa e organizzazione, con la medesima, incontri di gruppo sulle problematiche che un malato cronico deve affrontare a livello psicologico.

PREVENZIONE DEL DIABETE DI TIPO 2

Diverse volte all'anno i volontari, assieme al Team Diabetologico, scendono in piazza per il controllo volontario della glicemia capillare e per diffondere informazione e formazione sulla diagnosi precoce di questa diffusissima malattia e suggerire i cambiamenti dello stile di vita per prevenirla.

SEDE E RECAPITI

Via M. Marina 500 c/o UOSD Diabetologia e Malattie del Ricambio, piano terra della Villa Verde.
Tel. 0415534387, Cel. 3312959823, mail: fand.chioggia@aulss3.veneto.it www.diabeticiveneto.it,
Gruppo Facebook: Diabetici insieme.

GIORNATA MONDIALE DEL DIABETE

L'Associazione Diabetici di Chioggia ha voluto festeggiare anche quest'anno la **Giornata mondiale del Diabete** con un pranzo sociale svoltosi il 4 Novembre presso il **Ristorante Pizzeria Minerva di Sottomarina**. Per sensibilizzare ulteriormente i cittadini a questa patologia e in occasione della Giornata mondiale, dall' 11 novembre al 14 novembre verrà illuminato di blu anche quest'anno il palazzo comunale cittadino.

Durante questo evento è stata portata attenzione alle complicità di questa malattia, in particolare ad alcune ancora poco conosciute.

Il primo a parlarne è stato il Dott. Nogara, responsabile del servizio di Diabetologia di Chioggia, introducendo la Neuropatia Autonoma.

Complicanza frequente nel 20% dei pazienti, che causa un danno strutturale alle fibre nervose del SNA, spesso diagnosticata tardivamente.



Il Dott. Roncato responsabile dell'unità operativa di Terapia Fisica e Riabilitazione ha parlato della capsulite adesiva, condizione dolorosa e infiammatoria della spalla e del legame con il diabete che ne aumenta il rischio del 10%-20%.

Il Diabete può essere inoltre, come ci ha spiegato la Odontoiatra Dott.ssa Berti, correlato a patologie del cavo orale come per esempio: Xerostomia, Candidosi orale, Lichen planus, Carie e Parodontite.

In particolare le malattie parodontali si dice, siano la sesta complicanza del diabete in quanto ci sono diversi fattori che ci rendono 7 volte più predisposti rispetto ad un paziente sano.

È inoltre importante, come ci hanno spiegato Silvia Di Benedetto infermiera del reparto di Diabetologia e Presidente Osdi Veneto insieme alla Dott.ssa M. Marangon specialista nel (Bound Care) gestione delle lesioni e ferite difficili, la prevenzione del piede



diabetico, cioè una condizione di infezione, ulcera e/o distruzione dei tessuti profondi associate ad anomalie neurologiche e a vari gradi di vasculopatia periferica, e alla cura delle sue lesioni.

Una volta terminate le varie relazioni ci siamo uniti tutti a pranzo con un vasto e buon buffet.

Con l'occasione vogliamo ringraziare tutti quelli che hanno partecipato, i Dottori, infermieri, volontari e il ristorante che ci ha ospitato.

Annalisa Porzionato
volontaria



Immagini della Giornata Mondiale del Diabete a Chioggia: foto dell'incontro e del Municipio illuminato

COMPLICANZE DIABETICHE

Il diabete è una malattia cronica caratterizzata dalla presenza di iperglicemia che spesso nasce e si sviluppa in modo del tutto asintomatico, soprattutto nel diabete mellito tipo 2, il più prevalente.

L'interesse per la cura del diabete nasce dal fatto che, se non bene controllata, l'iperglicemia, con il passare del tempo, provoca la comparsa di complicanze al normale funzionamento di molti organi del nostro corpo, spesso irreversibili.

Le complicanze diabetiche sono dovute principalmente a danni a carico dei vasi sanguigni piccoli e grandi (micro e macroangiopatia diabetica).

I più frequenti tra i primi sono: la retinopatia diabetica, la nefropatia e la neuropatia diabetica sensitivo-motoria.

Tra i secondi: la cardiopatia ischemica (infarto), la vasculopatia cerebrale (ictus) e l'arteriopatia obliterante degli arti inferiori (ridotta circolazione, gangrena). La presenza di quest'ultima assieme alla neuropatia sensitivo motoria è spesso causa di ulcere e amputazioni dei piedi (piede diabetico).

Il sistema nervoso del corpo umano si divide in centrale (cervello e midollo spinale) e periferico (nervi). I nervi a loro volta si dividono in motori (muovono i muscoli) e sensitivi (conducono la sensibilità).

Vi sono infine dei nervi, meno conosciuti, che appartengono al sistema nervoso detto autonomo (simpatico e parasimpatico).

Questi nervi controllano gli organi coinvolti nelle funzioni vitali che avvengono "automaticamente", senza un controllo volontario, come la respirazione,

la digestione del cibo, la frequenza dei battiti cardiaci e le funzioni ghiandolari, modulandone l'attività.

Ad esempio sono coinvolti nelle modificazioni della frequenza cardiaca o della sudorazione che si possono avere nelle situazioni di paura o di stress.

Purtroppo, come i sensitivi e i motori, il diabete danneggia anche questi nervi dando vita a quella complicanza detta **neuropatia autonoma**.

Non è molto conosciuta, tuttavia la sua prevalenza è tra il 20 e 40 %. Cresce con l'età, durata della malattia e il cattivo compenso glicemico.

Principalmente la neuropatia autonoma riconosce: la **neuropatia autonoma cardiovascolare** che determina ipotensione ortostatica (caduta della pressione ai cambi di posizione). La sua presenza è considerata anche un fattore di rischio di mortalità generale e cardiovascolare.

La **neuropatia gastrointestinale** che può manifestarsi con senso di pienezza gastrica, nausea, vomito (gastroparesi), calo di peso con malnutrizione, stipsi, diarrea, incontinenza fecale, soprattutto se ricorrente e notturna.

La **neuropatia urogenitale** che provoca incontinenza vescicale, ma anche ritenzione di urina, infezioni urinarie; nelle donne determina dolore con il rapporto sessuale (dispareunia) ed anorgasmia; nell'uomo disfunzione erettile, eiaculazione retrograda.

Vengono colpite anche le **ghiandole sudoripare** con sudorazione eccessiva del capo e del tronco e secchezza dei piedi che possono ferirsi più facilmente.



**Organizziamo
banchetti per:**

**Matrimoni - Battesimi
Comunioni - Cresime
Comitive - Compleanni - Lauree**

Chiuso il lunedì solo periodo invernale

Lungomare Adriatico - Lato Nord - 30015 Sottomarina

Cell. 339.6684500 - Tel. 041.4965367

www.ristorantepizzeriaminerva.it

ristorante.minerva@libero.it

Le **ghiandole salivari** con ridotta salivazione e rischio di infezioni del cavo orale.

Alcune **ghiandole endocrine** con una ridotta produzione di ormoni (controinsulari) e incapacità di avvertire le ipoglicemie (ipoglicemie inavvertite).

Il diabetologo ha a disposizione diversi esami strumentali per capire se l'attività di questi nervi è alterata.

Per esempio i test cardiovascolari per la neuropatia autonoma verificano se sono ancora presenti gli adattamenti automatici della frequenza cardiaca e della pressione arteriosa a vari stimoli.

Spesso la diagnosi più efficace si compie visitando e/o ascoltando i disturbi che il paziente riferisce.

Utile anche la somministrazione di questionari con un punteggio finale orientativo.

Per quanto riguarda la terapia delle neuropatie autonome, esistono farmaci per alleviare i disturbi, anche se non "miracolosi". A volte sono necessari interventi più invasivi, chirurgici.

Determinanti ed efficaci sono norme comportamentali da seguire. Nella neuropatia autonoma cardiovascolare vanno evitati per esempio cambi posturali rapidi, esposizione prolungata al caldo umido, assunzione di alcolici; in caso di gastroparesi non vanno assunti pasti abbondanti e difficilmente digeribili (grassi o troppo ricchi di fibre), si consiglia di mangiare poco, ma frequentemente.

Per la disfunzione erettile esistono farmaci potenti anche se non sempre così efficaci in caso di diabete.

Tuttavia preme sottolineare che la migliore cura rimane sempre la prevenzione, mediante un buon controllo metabolico sin dall'esordio della malattia e comunicando tempestivamente i propri sintomi e disturbi al Team Diabetologico.

Dott. Andrea Nogara
*Responsabile del servizio di
diabetologia di Chioggia*



AVIS CHIOGGIA
www.avischioggia.it



Tel. 342. 9144150
via Nazioni Unite, 56
30015 Isolaverde di Chioggia (VE)

 **Caffè del Mare**



di Germana Mozzato
Patrocinatore Stragiudiziale
Professionista del risarcimento

Agenzia specializzata in:

- Sinistri gravi e mortali
- Risarcimento danni
- Infortuni sul lavoro
- Malasanità
- Consulenze assicurative

CONTATTI

 **041.49.07.74**

 info@scudoinfortunistica.it

 www.scudoinfortunistica.it

 **FAX:**
0415544355

Via C. Colombo 42
30015 Chioggia (Ve)

COMPLICANZE DEL DIABETE NEL CAVO ORALE

La prevenzione del diabete inizia dall'ambulatorio odontoiatrico.

Il **cavo orale** del paziente diabetico è più suscettibile a infezioni, irritazioni e i suoi processi riparativi risultano essere rallentati.

Le patologie che maggiormente si manifestano nel cavo orale dei pazienti diabetico sono:

- **XEROSTOMIA:** riduzione della saliva dovuta ad alterazione della membrana basale delle ghiandole salivari, in seguito ad iperglicemia. Il paziente riferisce la sensazione di "bocca secca", spesso associata ad un diffuso bruciore orale.
- **CANDIDOSI ORALE:** infezione opportunistica causata dall'iperglicemia e dalla diminuzione del pH orale, dovuta a sua volta a un deficit della funzione tampone dettata dalla saliva. Le lesioni si manifestano sul dorso della lingua, sulle guance e sulle labbra con la cheilite angolare
- **LICHEN PLANUS:** patogenesi autoimmune, associata frequentemente con il diabete. Si manifesta con strie biancastre che tendono a confluire; nella forma erosiva è considerato una lesione precancerosa.
- **CARIE:** lo scarso controllo glicemico determina un'iperglicemia costante nei fluidi gengivali, con la diminuzione della salivazione, aumentano la frequenza di insorgenza di carie, soprattutto a livello cervicale.
- **MALATTIE PARODONTALI:** complesso di malattie infiammatorie che colpiscono i tessuti di supporto dei denti. Solitamente caratterizzate dalla estensione della infiammazione dalla gengiva alle strutture di attacco profonde con distruzione progressiva dell'osso e del legamento parodontale, generando mobilità e successiva perdita degli elementi dentari. La correlazione tra **malattia parodontale** e diabete è così evidente da definire la malattia parodontale come la **sesta complicanza del diabete**.

L'insorgenza più frequente della parodontosi nei soggetti diabetici è dovuta a meccanismi correlati direttamente al diabete quali:

- microangiopatia, che modifica gli scambi cellulari di ossigeno e sostanze tossiche
- alterazione del metabolismo del collagene,
- aumento dello zucchero nel circolo sanguigno determina la formazione di composti che, a lungo andare, creano lo stato infiammatorio.

Il miglioramento della salute del cavo orale migliora il controllo glicemico.

È scientificamente provato che il rapporto tra malattia parodontale e diabete è bidirezionale.

La malattia parodontale sembra promuovere l'insulino resistenza, in modo simile a quello che avviene con l'obesità, lo stato infiammatorio cronico indotto dalla parodontite aumenta l'insulino resistenza così come l'azione diretta dei batteri parodontopatogeni.

Le infezioni peggiorano il controllo glicemico.

La parodontite può peggiorare la sensibilità insulinica.

CONSIGLI:

- **controlli odontoiatrici periodici, con formulazioni di programmi di mantenimento igienico, riabilitazioni protesiche per il corretto funzionamento apparato masticatorio**
- **utilizzare colluttori a base di colostro e clorexidina in corso di interventi orali**
- **utilizzare integratori orali come lattoferrina e lattoperossidasi, in caso di irritazioni orali**
- **dieta con cibi poveri di zuccheri complessi, prediligere frutta e verdure**

Dott. Alessia Berti
Odontoiatra

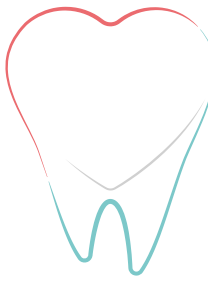


SABBIA & SALE
feeling beach

Isolaverde di Chioggia (VE) - tel. 041.498135 - fax 041.498261

www.sabbiaesale.it

 Sabbia e Sale feeling beach - Aquasalata feeling taste



Alessia Berti
STUDIO ODONTOIATRICO

Il nostro studio offre i seguenti servizi:

IGIENE | PEDODONZIA | PROTESI FISSA
PROTESI MOBILE | ORTODONZIA | LASER
ORTODONZIA CON MASCHERINE INVISIBILI
CONSERVATIVA | FACETTE IN CERAMICA
IMPLANTOLOGIA | PARODONTOLOGIA
ENDODONZIA | CHIRURGIA | SBIANCAMENTO
RADIOGRAFIA DIGITALE
CAD/CAM 3D IMPRONTA DIGITALE

ADRIA Ambulatorio: Via Alberto Mario 10, 45011 Adria RO Tel: 0426 908 221	ROSOLINA Ambulatorio: Via Salvo D'Acquisto 19, 45010 Rosolina RO Tel: 0426 340 110
--	---

 **Studio Dentistico Alessia Berti**
Metti un sorriso anche sulla nostra pagina facebook

IL DIABETE E LA PARADONTITE: 10 cose da sapere

Diabete (ne soffrono 3,9 mil.di italiani) e paradontite (8 mil. con forme gravi) sono malattie infiammatorie croniche e spesso correlate.

1

Il dentista deve eseguire un'accurata diagnosi (con una manovra specifica, il sondaggio paradontale) per individuare eventuali segni di paradontite.

6

La paradontite può rimanere a lungo asintomatica: il sanguinamento gengivale è il primo segno di malattia.

2

Se presente paradontite, bisogna intervenire con un'adeguata terapia e suggerire al paziente un programma di regolari visite di controllo con il dentista e mantenimento con l'Igienista Dentale.

7

La percentuale di casi di paradontite e diabete non diagnosticati è molto elevata.



3

Il dentista attraverso la visita di denti e gengive e il colloquio con il paziente può rilevare segni e sintomi di sospetto diabete.

8

Chi soffre di diabete ha un rischio tre volte superiore di ammalarsi di paradontite.

4

Nei casi di sospetto diabete, il dentista può consigliare alcuni esami del sangue e una visita diabetologica.

9



Viceversa, chi soffre di paradontite ha una tendenza a sviluppare il diabete.

5

30 minuti di attività fisica frequente e moderata, una dieta sana e un'attenta igiene orale aiutano la salute e la prevenzione di paradontite e diabete.

10



VIA MARCO POLO N. 69
SOTTOMARINA (VE)

TEL. 041.492048
WWW.CHIOGGIA-IMMOBILIARE.IT

Dott.ssa Alessandra Ravagnan
Family Banker®



Via del Santo, 25 - 35010 Limena (PD)
Tel. 049.768244 - Cell. 388.1054525
Fax 049.8845526
alessandra.ravagnan@bancamediolanum.it
Iscr. Albo Prom. Fin. n° 370845

La **capsulite adesiva della spalla**, conosciuta anche con i termini di **spalla congelata** o *frozen shoulder*, è una patologia infiammatoria che causa la perdita di mobilità dell'articolazione scapolo-omerale.

È caratterizzata da dolore e rigidità che deriva dal coinvolgimento nel processo infiammatorio della capsula articolare, un manicotto di tessuto connettivo denso, che si inserisce tra i segmenti ossei in connessione rivestendo completamente l'articolazione gleno-omerale della spalla. Quando la capsula si infiamma e si restringe crea dolore e limitazione del movimento, "congelando" la spalla. Non esiste un meccanismo patologico chiaro e ben definito.

La capsulite adesiva si associa spesso a malattie metaboliche quali il diabete, ipercolesterolemia, patologie tiroidee, cardiache e in pazienti che fanno uso di farmaci anticonvulsivanti. Colpisce maggiormente le donne, in età compresa tra i 45 ed i 60. Si pensa possa essere collegata a problemi autoimmuni, ma i ricercatori non hanno ancora scoperto perché questa patologia colpisca alcune persone piuttosto che altre e quale sia la chiara correlazione con il diabete.

Quali le ipotesi patogenetiche?

- **fenomeno della glicazione**, reazione chimica non enzimatica con formazione di glicoproteine (AGEs) che inducono infiammazione, produzione di citochine e radicali liberi arrivando al danno tissutale.
- **ruolo dei preadipociti e adipociti** nella produzione delle proteine della matrice extracellulare, in particolare dei diversi tipi di collagene, attivamente regolata da stimoli come l'insulina e il rosaglitazone. L'alterata attività insulina-adipocita può alterare la produzione di collagene?

Spesso il momento iniziale da cui scaturisce il dolore, che evolve poi nel coinvolgimento capsulare, origina proprio dalle strutture tendinee della spalla dovute a fenomeni degenerativi e infiammatori causati da stress da sovrauso o dal conflitto della cuffia con la componente ossea sovrastante (sindrome da conflitto subacromiale). Lo sviluppo della capsulite adesiva avviene in tre fasi:

1. **fase dolorosa o di congelamento;**
2. **fase della rigidità**
3. **fase dello scongelamento.**

La durata complessiva è variabile dai 9 ai 24 mesi.

La diagnosi di spalla congelata, è sostanzialmente clinica, data quindi dall'associazione di dolore e graduale rigidità articolare; indagini diagnostiche quali la radiografia, ecografia e RMN possono supportare la valutazione clinica.

La fisioterapia è la cura della spalla congelata sia per ridurre il dolore (laser, tecar, terapia farmacologica e infiltrativa) che per recuperare l'articolazione grazie alla mobilizzazione assistita, instaurando una stretta collaborazione tra terapeuta e paziente con impegno del paziente per mantenere i risultati raggiunti con attività domiciliare concordata. Utile associare attività in acqua a temperatura adeguata. Nei casi più insidiosi può essere considerato l'intervento chirurgico per liberare le aderenze in artroscopia mentre risultano rischiose le mobilizzazioni forzate in anestesia per gli alti rischi di fratture e traumi neurologici.

Regola generale... MAI sottovalutare un dolore di spalla con ridotta mobilità.

Dott. Andrea Roncato
Fisiatra



Un Team di Specialisti a disposizione per ogni tua esigenza



Dr. Gian Paolo Ferrari
primario-ortopedico

Dr. Andrea Roncato
fisiatra

Dr. Mario Della Loggia
ecografista

Sara Boscolo
massofisioterapista

Dr. Alessandro Schiesari
medicina estetica

Alberto Gastaldi
dietista

Ivano Boscolo
fisioterapista

Dr. Antonio Bollettin
fisiatra

Dr. Andrea Postorino
ortopedico

Dr. Massimo Mancini
otorinolaringoiatra

Dr. Giuseppe Giunta
chirurgo plastico

CLODIA MEDICA - Poliambulatorio - Fisioterapia e Riabilitazione

Via S. Spirito n.° 28 Sottomarina (VE) Tel.041/5544341 - www.clodiamedica.com

DECALOGO CURA dei PIEDI

- 1 Controlla spesso i tuoi piedi in modo da evidenziare subito piccole ferite o arrossamenti sospetti che necessitano di ulteriori attenzioni
- 2 Lavati i piedi ogni giorno in acqua tiepida e asciugali bene, soprattutto tra le dita



- 3 Mantieni sempre la pelle morbida e liscia con l'uso di creme idratanti a base di urea (tranne negli spazi tra un dito e l'altro). Prima passa sempre la pietra pomice



- 4 Evita l'uso di forbici per la cura del piede e preferisci l'uso di una limetta non metallica per le unghie. Se sei in difficoltà fatti tagliare le unghie dal podologo avvertendolo sempre di essere diabetico

- 5 Non usare fonti di calore dirette sui piedi, tipo scaldini per il letto
- 6 Non camminare scalzo
- 7 Usa scarpe comode a pianta larga, chiuse, possibilmente in pelle (non usare zoccoli e sandali)



- 8 Usa sempre le calze, possibilmente di cotone o di lana (non sintetiche), facendo attenzione alle cuciture interne (se ci sono è meglio indossarle a rovescio)
- 9 Non tagliare né bucare bolle o vescicole. Non usare mai callifugo né in gocce né in cerotto
- 10 Racconta al tuo medico se compare una sensazione di formicolio o se noti dolore ai polpacci sia a riposo sia durante il movimento

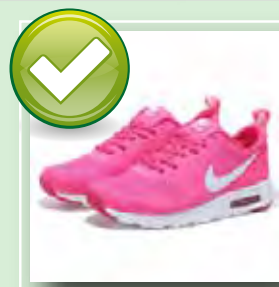
LA SCELTA DELLE SCARPE

Per la prevenzione del piede diabetico le scarpe giuste sono molto importanti ed è quindi fondamentale una scelta accurata della calzatura da indossare.

La scarpa da ginnastica preferibilmente in pelle (lasciare respirare il piede) garantisce una buona protezione; quando le misuri, accertati che siano subito comode, né strette né larghe. Le scarpe a punta o con i tacchi non dovrebbero essere usate, se non per brevi periodi e in occasioni speciali.

Usa sempre scarpe chiuse e a pianta larga.

Se invece esistono degli appoggi plantari imperfetti con aree di sovraccarico del peso in alcune zone precise della pianta del piede, bisogna usare un plantare per correggere questa situazione; nel caso vi siano delle ulcere del piede esistono delle scarpe "speciali" che consentono di non esercitare pressioni o sfregamenti nella zona della lesione. Queste calzature vanno prescritte dallo specialista.



SALUTO AL DOTTOR GIANNI BALLARIN

Il 21/12/2018 il dott. Gianni Ballarin ha cessato la sua attività al Servizio di Diabetologia dell'ospedale di Chioggia. È una cosa normale che un'attività prima o poi finisca. È vero! Ma è eccezionale che un'attività di volontariato si protragga per 27 anni.

Durante tale lasso di tempo il dottor Ballarin ha fattivamente collaborato al Servizio di Diabetologia di Chioggia curando migliaia di pazienti, con professionalità, disponibilità e costanza. Dati questi che lo hanno fatto apprezzare all'utenza.



Tutto è cominciato quando il dottor Ballarin, appena laureato ed abilitato, come molti medici di Chioggia, ha iniziato a frequentare la divisione di Medicina, diretta allora dal prof. Casson, per passare dal *sapere al saper fare* prima di intraprendere la formazione come medico di famiglia.

Tuttavia impegni familiari lo dissuasero dal seguire quella strada. Continuò invece a frequentare la corsia della divisione di Medicina. Fu allora che gli chiesi se ritenesse utile per la sua formazione frequentare quello che iniziava ad essere il Servizio di Diabetologia.

Cominciò a conoscere questo mondo che gli impose approfondimenti sulla patologia seguendo un concetto olistico del paziente e fu forse questo ad affascinarlo e a spingerlo ad essere un elemento importante del nostro team diabetologico.

Quando mi fu affidato il primariato della divisione di Medicina il dottor Ballarin collaborò col dottor Nogara ed insieme introdussero la cartella elettronica del paziente che oltre a farci entrare in un network



SANGAT
CENTRO BENESSERE

via xxv aprile 60 - Porto Viro (Ro)

tel. 0426 320016 - www.sangat.it



Sangat - 360Wellness

nazionale di servizi di diabetologia pilota, con la raccolta dati, permise, tramite un benchmarking nazionale, la valutazione dei risultati ottenuti sulla nostra popolazione diabetica con punti di forza e punti di debolezza.

Il dottor Ballarin ha contribuito con il dottor Nogara, l'infermiera Silvia Di Benedetto e l'Associazione Diabetici a fare del servizio di diabetologia un punto di eccellenza della sanità Chioggia.

Non a caso da questo centro sono venuti due presidenti AMD del Triveneto (dott. Angelo Boscolo Bariga, dott. Nogara) e una presidente OSDI (infermiera Silvia di Benedetto). Questa è la storia di un volontariato di lunga durata e proficuo di soddisfazioni.

Certamente unico nel suo genere specie di questi tempi caratterizzati dall'assenza di senso civico, pieni di egoismo e individualismo senza regole, dove vi sono solo diritti e mai doveri.

Per questo, dato il valore della persona e del professionista ritengo il dottor Ballarin un esempio per tutta la nostra città.

Credo meriterebbe un riconoscimento non solo dai pazienti diabetici (targa del 6/1/2013), ma dalle Autorità Cittadine quale esempio da imitare, anche in altri campi. Da parte mia grazie di cuore al dottor Ballarin per l'apporto professionale e per la sua amicizia.

Dott. Angelo Boscolo Bariga



dott.ssa elisa bovolenta

psicologa / psicoterapeuta
familiare e di coppia



cell.: 335 74 01 206

email: bovolenta.elisa@gmail.com

www.elisabovolenta.it

VIA ROMA, 63 - TAGLIO DI PO (RO)

si riceve su appuntamento



**carrozzeria e centro
sostituzione cristalli**



S. ANNA DI CHIOGGIA (VE)

Tel. 041-4950280 Fax 041-5584119



Carrozzeria Ferro Srl

www.carrozzeriaferro.it

FARMACIA SAN MICHELE

Via P.E.Venturini 100 - Chioggia (Ve)

SERVIZI:

AUTOANALISI DEL SANGUE

TEST INTOLLERANZE

TEST PELLE E CAPELLI

SERVIZI ESCLUSIVI A CHIOGGIA:

CONSEGNA A DOMICILIO

PRENOTAZIONE VISITE SPECIALISTICHE

FARMACOVIGILANZA

NOLEGGIO DISPOSITIVI:

CARROZZINE - BILANCE - TIRALATTE

tel. 041 492103

cell. 328 9228341 (anche whatsapp)

www.farmaciasanmichele.com

infofarmaciasanmichele@gmail.com



Farmacia Chioggia



ORARIO CONTINUATO: dal lunedì al sabato 8.00 - 20.00 - domenica 8.30 - 12.30



ASSOCIAZIONE DIABETICI DI CHIOGGIA FEDERAZIONE NAZIONALE DELLE ASSOCIAZIONI DIABETICI

Membro I.D.F. International Diabetes Federation
ASSOCIAZIONE PROVINCIALE DI VENEZIA
MANDAMENTO DI CHIOGGIA
O.N.L.U.S.

Il "servizio" a servizio del paziente diabetico

AIUTACI COL TUO CONTRIBUTO:

DONA

**il 5x1000 per dare sostegno
all'ASSOCIAZIONE DIABETICI di CHIOGGIA**



ASSOCIAZIONE DIABETICI di CHIOGGIA via M. Marina, 500 - CHIOGGIA (VE)

Tel. 041.5534387 - Fax 041.5534637 - Cod. Fisc. **91006050271**

ORTOPEDIA SANITARIA **Biasioli**



Salute e Benessere da 30 anni

**SPECIALIZZATI IN CALZATURE PER PIEDE DIABETICO E REUMATICO,
SCARPE DA MEDICAZIONE, PLANTARI PERSONALIZZATI SU CALCO IN GESSO
CON ANALISI BAROPODOMETRICA DEL CAMMINO**

Ortopedia Sanitaria di Biasioli Enrico - Tecnico ortopedico

Tel. 041. 5543090 - Str. Madonna Marina, 457
(fronte Ospedale di Chioggia) - Chioggia (VE)

Tel. 0426. 21773 - via Angeli, 3
(fronte Ospedale di Adria) - Adria (RO)

Convenzionati A.S.L.