

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 III - numero 6 - febbraio 2020

FARE SEMPRE DI PIÙ... QUESTO È IL NOSTRO MOTTO...

Essere di supporto a tutte le persone con questa patologia, è lo scopo principale dell'Associazione Diabetici di Chioggia. Come? Attraverso l'informazione chiara, precisa e semplice, che i nostri volontari forniscono giornalmente, per rendere le persone con diabete consapevoli e responsabili.

Con i nostri corsi del sabato mattina, provando ad insegnare ai pazienti a prendersi carico di se stessi, per gestire autonomamente la malattia e raggiungere un buon compenso, allontanando le complicanze.

Facendo innumerevoli screening nelle piazze, trovando sempre qualche persona con glicemia alterata, non sapendo di averla. Andando nelle scuole, per far conoscere e riconoscere il diabete, soprattutto il tipo 1, che, anche se in continuo aumento, l'informazione è

molto carente. Partecipando e organizzando convegni, supportando i nostri specialisti e.....molto, molto altro ancora, che troverete nella nostra Carta dei Servizi.

Novità di quest'anno è l'apertura di un nuovo sportello a Cavarzere, presso la "Cittadella della Salute", con nuovi volontari che saranno a vostra disposizione. Da qui, si evince l'importanza di rinnovare la tessera dell'Associazione ogni anno, sia perché ci aiuta a mantenere tutti i servizi che offriamo, ma, cosa di estrema importanza essendo un'Associazione che conta sempre più iscritti, possiamo avere la certezza di ottenere i nostri diritti qualora vengano richiesti.

il presidente Ass. Diabetici Chioggia
Maria Marangon



Biasioli



Specialista nella cura del Piede

STUDIO DI PODOLOGIA

Dott.ssa Biasioli Sofia

Tattamento delle callosità cutanee - Screening del piede diabetico - Cura dell'unghia incarnita -
Patologie ungueali - Tattamento 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 famigliari 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 organizza, 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

Chioggia celebra la Giornata Mondiale del Diabete e Palazzo Municipale si tinge di blu. Anche quest'anno l'associazione diabetici clodiense ha presentato una serie di iniziative in occasione della GMD, istituita nel 1991 dalla federazione internazionale del diabete e dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, in risposta alla crescente sfida alla salute posta da questa patologia.

Oltre ad aver proposto l'illuminazione di colore blu di Palazzo Municipale per il 14 novembre, l'associazione ha organizzato un momento di confronto, domenica 17 novembre, presso il Ristorante Minerva con collaboratori e esperti in ambito sanitario, e per l'occasione ha lanciato una nuova esperienza innovativa a livello sportivo.

Tema dell'incontro, **Diabete e famiglia.**

La famiglia infatti continua a rivestire un ruolo chiave per la prevenzione e la gestione della malattia.

Tra gli ospiti anche il dott. Angelo Boscolo Bariga che, dopo 40 anni di servizio come diabetologo ed endocrinologo, continua ad offrire il suo aiuto alla comunità come volontario.

Dopo i saluti di Maria Teresa Marangon, presidente dell'associazione locale, ha aperto le danze l'intervento di Manuela Bertaggia, coordinatrice delle associazioni diabetici del Veneto, che ha trattato di tutele e norme per la diagnosi e la cura del diabete in età pediatrica e adulta.

Sono stati aperti diversi focus sulla legge 104, sulle disposizioni per il rinnovo della patente, sulla mutabilità del freestyle libre, sulle prescrizioni a carico del SSR del dispositivo di monitoraggio per l'autocontrollo e l'autogestione del diabete.

A cascata si sono susseguiti i contributi dei medici e ricercatori presenti. Andrea Nogara, responsabile del servizio di diabetologia di Chioggia, ha parlato di quando i valori della glicemia devono destare preoccupazione: *“Il diabete è un killer silenzioso – ha ricordato – anche i sintomi lievi non sono da sottovalutare; tuttavia il paziente rischia di rendersi conto della malattia quando arrivano le complicanze più gravi”*.

Anche la tecnologia gioca un ruolo importante per migliorare la qualità della vita dei diabetici.

Daniela Bruttomesso, dirigente medico di primo livello presso la divisione di malattie del ricambio

dell'ospedale civile di Padova, ha illustrato gli avanzamenti in campo scientifico: si stanno affacciando sul mercato nuovi sensori, di dimensioni e con costi sempre inferiori e pompe di somministrazione di insulina automatizzate.

In un futuro prossimo si arriverà al pancreas artificiale, oggi ancora in fase di sperimentazione.

Un supporto importante per convivere con il diabete viene offerto dallo sport. Federico Boscarri, ricercatore presso la divisione di malattie del ricambio dell'ospedale civile di Padova è intervenuto sull'importanza dell'attività fisica. Lo sport è un'ottima e valida terapia per perdere peso, ridurre il glucosio nei muscoli, aumentare la sensibilità insulinica riducendone il fabbisogno giornaliero e il rischio di complicazioni.

Per questo l'associazione diabetici ha approfittato della GMD per presentare una nuova iniziativa. Grazie alla collaborazione della palestra Yoga Sangat della maestra Claudia Bellan, è nato il progetto *Yoga e diabete*: un nuovo modo per aiutare ad affrontare i sintomi del diabete attraverso i benefici unici di questa pratica sportiva.

Giovanna Bellemo



*Giornata Mondiale del Diabete a Chioggia:
foto del Municipio illuminato*

YOGA E DIABETE

Lo Yoga viene considerato uno dei mezzi più efficaci per gestire e ridurre lo stress con adeguate tecniche del respiro, esercizi di concentrazione e pratica della meditazione.

Lo yoga si è rivelato un vero “amico del cuore”, che abbassa la glicemia, la pressione arteriosa, i trigliceridi e il colesterolo LDL.

La relazione fra stress e diabete è ormai da tempo ben nota e i principali obiettivi che lo Yoga si pone nei confronti delle persone affette da diabete possono essere così sintetizzati:

- Alleviare lo stress di corpo e mente
- Donare profondo riposo al corpo dopo ogni sforzo
- Aumentare la produzione di insulina
- Mantenere un ottimale livello di glucosio nel sangue
- Mantenere un ottimale livello di colesterolo
- Regolare le funzioni metaboliche
- Prevenire le complicazioni
- Promuovere in generale lo stato di salute

È anche ben noto oramai il ruolo importante dell'esercizio regolare sia un adiuvante benefico nella gestione del diabete e, soprattutto per quelle persone che abbracciano purtroppo uno stile di vita sedentario, lo Yoga può aiutare nell'approcciarsi al movimento, consentendo anche una perdita di peso e riduzione della circonferenza della vita.

Le posizioni Yoga durante una lezione di pratica regolano in generale le funzioni metaboliche in virtù degli appropriati stiramenti muscolari (stretching) eseguiti in una fase di rilassamento di tutti i muscoli del corpo.

Una speciale enfasi nel trattamento del diabete, viene data a tutte quelle posizioni che vengono accompa-

gnate da profondi respiri e che, agendo sul diaframma, massaggiano direttamente il pancreas, rilassandolo ed apportando maggior flusso di “prana”.

Tutti gli organi interni in virtù delle compressioni e degli stiramenti godono di maggior afflusso sanguigno, oltre che di miglior ossigenazione.

Lo yoga offre quindi un promettente intervento sullo stile di vita per ridurre i fattori di rischio per il diabete legati al peso, migliorando i fattori di rischio cardiovascolare tra cui l'obesità centrale e la pressione sanguinea, ma non solo, la pratica Yoga aumenta anche il benessere psicologico.

Laddove una malattia o una cattiva gestione dello stress e delle emozioni ne provocano un turbamento Lo yoga può ripristinare l'equilibrio fisico e mentale.

È un complesso di pratiche infatti che comprendono non solo il movimento, ma anche esercizi per la respirazione, la postura e la meditazione.

Lavorando su riequilibrio psico-fisico di conseguenza si denota una minore probabilità di essere soggetti a fame emozionale, principale causa di comportamenti alimentari scorretti, che innalzano la glicemia e favoriscono l'aumento di peso.

Per ogni informazione per iniziare la pratica Yoga presso i Centri Sangat scrivere a info@sangat.it oppure contattare l'Associazione Diabetici di Chioggia ai numeri 041.5534387 - 331.2959823.

Se vi presenterete con la tessera dell'Ass. Diabetici di Chioggia pagherete 49 € al mese al posto di 60 €.

Claudia Bellan



The banner features the Sangat Yoga logo on the left, consisting of a stylized 'S' inside a circle. To the right of the logo, the word 'SANGAT' is written in large, bold, sans-serif capital letters, with 'YOGA' in smaller, spaced-out capital letters below it. Below the logo and text, the words 'SOTTOMARINA' and 'Lezioni di Yoga Multistyle' are written in a serif font. At the bottom left, the address 'via A. Vespucci 177 - tel. 391.7958355' and the website 'www.sangatwellnessteam.com' are listed. On the right side of the banner, there is a silhouette of a person in a yoga pose (Warrior II) against a warm, orange background. To the right of the silhouette are icons for Facebook and Instagram.

FARRO UBRIACO CON SALSICCIA

Il farro è considerato la più antica tipologia di frumento coltivato. Veniva utilizzato dall'uomo per la propria alimentazione già nel Neolitico.

Il farro è un cereale ottimo per chi vuole dimagrire: le fibre e il basso indice glicemico aumentano il senso di sazietà, inoltre 100 grammi di farro contengono 335 calorie rispetto alle 353 della pasta. L'ideale sarebbe mangiare 140 grammi di farro con verdure, almeno 150 grammi, e concludere il pasto con un frutto.

Favorisce la digestione e combatte la stitichezza: la sua digeribilità è maggiore rispetto a quella di grano duro e grano tenero e per questo motivo contrasta la comparsa di gastriti e problemi allo stomaco; inoltre le sue proprietà lassative lo rendono un ottimo alimento per chi soffre di stitichezza. Il farro ha anche proprietà depurative: evita il ristagno della bile nell'intestino favorendo l'evacuazione, aiutando anche a prevenire tumori dell'apparato intestinale.

Utile a chi soffre di diabete: il farro è un alimento consigliato anche a chi soffre di diabete dal momento che il suo indice glicemico è inferiore a quello di riso, pane e pasta. Riesce quindi a mantenere sotto controllo la glicemia aiutando anche a prevenire il diabete di tipo 2 prevenendo anche il rischio di ischemie, insulino-resistenza e obesità.

Abbassa il colesterolo e aiuta il cuore: i fitoestrogeni contenuti nel farro aiutano a ridurre il colesterolo cattivo (LDL) nel sangue, aumentano anche l'elasticità dei vasi sanguigni. Inoltre ferro e rame aiutano la produzione di globuli rossi migliorando così la circolazione del sangue.

I lignani e la niacina sono importanti per la prevenzione delle malattie cardiovascolari.

INGREDIENTI PER 8 PORZIONI (1 PORZIONE)

Olio di oliva extra vergine: 30 gr. (8)

Cipolle: 80 gr. (20)

Salsiccia di suino, fresca: 150 gr. (38)

Vino rosso: 150 gr. (38)

Farro: 230 gr. (58)

1 rametto rosmarino

acqua: 700 gr.

1 dado di carne

1 pizzico pepe nero

--- o ---

PREPARAZIONE

Mettete a soffriggere la cipolla e il rosmarino. Unite la salsiccia e insaporite.

Aggiungete il farro e il vino ROSSO e sfumate. Unite l'acqua e il dado e cuocete circa 30 minuti. Mettete in una zuppiera e spolverizzate con il pepe.

TEMPO DI PREPARAZIONE

10 minuti

TEMPO DI COTTURA

50 minuti

Valori nutrizionali per porzione

kcal	407	
Proteine	15 gr.	15%
Carboidrati	40 gr.	41%
Grassi	19 gr.	44%



CHARLIE KIMBALL

PILOTA AUTOMOBILISTICO AMERICANO DELL' INDYCAR SERIES.
DIABETICO DI TIPO 1 ALL'ETÀ DI 22 ANNI. INTERVISTA A DIABETES VOICE

Al pilota della serie IndyCar Charlie Kimball è stato diagnosticato il diabete di tipo 1 il 16 ottobre 2007, all'età di 22 anni. Rientrare in pista con le corse e il diabete è stata una priorità. Oggi Charlie vive ad Indianapolis con sua moglie Kathleen e la loro figlia di cinque mesi. Abbiamo avuto la possibilità di parlare a Charlie della vita dopo la diagnosi, di tornare in pista, delle relazioni e infine della paternità.

Congratulazioni per l'arrivo del tuo primogenito! Come ci si sente ad essere un padre? In che modo la genitorialità ha avuto un impatto sul diabete di tipo 1?

Onestamente, prima di iniziare una famiglia, Kathleen e io abbiamo avuto alcune conversazioni molto sincere riguardo alle probabilità che nostro figlio sviluppasse il diabete di tipo 1 a causa mia. Per molto tempo, ho pensato che non volevo avere figli.

Non volevo che un bambino crescesse e venisse diagnosticato con il tipo 1. Sappiamo quale grande sfida può essere. Alla fine le nostre prospettive sono cambiate. Sappiamo che mentre le probabilità sono ancora lì, e le probabilità sono più brevi con me che ho il tipo 1, abbiamo anche sentito che i farmaci e gli strumenti stanno migliorando e ancora di più, è la comunità che conta così tanto. È un gruppo molto speciale. Ci sentiamo fortunati a farne parte.

Ora che abbiamo una figlia, sono solo molto consapevole dei segnali di pericolo del diabete e li osservo. In termini di impatto, la privazione del sonno è reale.

Cosa dirai a tua figlia (quando è più grande) del tuo diabete?



Gira tutto attorno all'individualità delle persone perché ognuno è diverso – ognuno ha tratti ed elementi diversi. Le persone provengono da diverse etnie e background. Per me avere il diabete, è una parte di quello. Non mi definisce. Non sono Charlie diabetico Kimball. Sono Charlie Kimball che è un vincitore della gara automobilistica di Indy e si è qualificato per Indianapolis 500. Ho anche il diabete. Fa parte di quello che sono. Significa che su base giornaliera la mia routine è diversa da qualcuno che non ha il diabete.

In che modo il diabete di tipo 1 ha influito sulla tua relazione? Quando ti sei sposato?

Kathleen e io andammo al liceo insieme. Ci siamo ricongiunti dopo il mio ritorno negli Stati Uniti con la mia nuova diagnosi di diabete. È stato più o meno nello stesso periodo in cui ho iniziato a parlare del mio diabete. Durante questo periodo, stavo diventando più a mio agio ad essere aperto sul diabete.

Ci siamo sposati nel 2014 e attraverso la nostra relazione, Kathleen è diventata e continua a far parte della mia squadra diabetica. Il diabete è molto simile alle corse che le persone potrebbero interpretare come uno sport molto individuale, ma non lo è. Hai bisogno dello sforzo di squadra per avere successo. Quindi, ho assunto Kathleen per far parte della mia squadra del diabete insieme al mio team medico! Kathleen tiene al mio diabete ed è molto comprensiva. Sa che se il mio zucchero nel sangue non è nel range, non sono davvero me stesso. Mi taglia un po' di extra slack quando ne ho bisogno, perché sto lottando.

Ognuno ha la sua storia da raccontare. Puoi parlare della tua diagnosi di diabete di tipo 1?



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

Ho viaggiato in tutta Europa guidando diverse auto da corsa e ho visitato il dottore perché ho avuto un'erezione cutanea sul braccio. Dopo aver scritto una prescrizione, mi ha chiesto se c'era qualcos'altro che volevo discutere.

Gli dissi che avevo avuto sete come bere 8-10 bottiglie d'acqua e andare in bagno tutto il tempo. Mi fece salire sulle scale e gli dissi che cosa avrei dovuto pesare. Ero stato soppesato la settimana prima in pista. In soli cinque giorni, avevo perso 25 libbre [ca. 11,3 kg., ndr]. Quando ha visto la discrepanza nel mio peso, ha detto "Penso che tu abbia il diabete".

Wow, questo è un sacco di peso. Non hai notato?

Non ero particolarmente consapevole perché ero così mentalmente annebbiato con elevati livelli di glucosio nel sangue intorno al 600 (mg/dL). Non ero nemmeno consapevole di quello che mi sembrava nello specchio o di quello che stava facendo il mio corpo.

Ho avuto molto successo essendo molto in anticipo sulle mie condizioni e le sfide ad esso associate.

Quando hai iniziato a correre?

Sono cresciuto guardando le corse perché mio padre è un ingegnere meccanico per macchine da corsa, quindi sono stato esposto a questo. Ho iniziato a gareggiare dopo aver preso la patente di guida all'età di 16 anni e dopo essermi diplomato, sono stato ammesso alla Stanford University per ingegneria meccanica. Molte persone sono rimaste sorprese, ma ho abbandonato Stanford e mi sono trasferito in Europa per guidare le macchine laggiù.

Ho trascorso alcuni anni a gareggiare – poi mi è stato diagnosticato. Dopo la mia guarigione, sono rimasto in Europa per correre ancora un anno e mezzo.

Nel 2009, sono tornato in Nord America e ho corso negli Stati Uniti negli ultimi dieci anni.

Questa è la mia 11ª stagione con Race With Insulin, un'iniziativa di motorsports sponsorizzata da Novo Nordisk.

Il diabete di tipo 1 non ti ha impedito di correre?

Quando mi è stato diagnosticato un amico, che è nel business delle motociclette da corsa, ha detto: "Tratta questa diagnosi come un infortunio". Le persone che lavorano con i motociclisti si occupano di infortuni abbastanza spesso perché le persone cadono sempre. Questo mi ha davvero aiutato.

Mi ha anche detto che mentre dovrò gestire il mio diabete per tutta la vita, per riprendermi dalla diagnosi, tornare a stare in salute e tornare in macchina è stato importante. Ho seguito il suo consiglio e non ho mai evitato di parlare di diabete. Ho avuto molto successo essendo molto in anticipo sulla mia condizione e le sfide ad esso associate.

In qualità di partner sponsorizzato con Novo Nordisk (che produce insulina), cosa ne pensi della crisi di accessibilità all'insulina negli Stati Uniti?

Credo nell'etica di Novo Nordisk come azienda. Ho collaborato con loro per aumentare la consapevolezza e potenziare la comunità. Credo a ciò su cui è costruita la società: aiutare le persone.

Oggi il panorama sanitario è molto complesso e un posto molto dinamico. Il problema della convenienza è reale ed è complesso. Credo che prenderà i leader del settore da tutti i lati: da legislatori, organizzazioni no-profit come la JDRC e l'American Diabetes Association e le parti interessate nel settore privato. Abbiamo bisogno di conversazioni reali su come apportare modifiche che funzionino per tutti.

Per maggiori informazioni: www.charliekimball.com

Manuela Bertaglia
Coordinatrice delle Ass. Diabetici del Veneto

Un Team di Specialisti a disposizione per ogni tua esigenza

Dr. Gian Paolo Ferrari | **Dr. Andrea Roncato** | **Dr. Mario Della Loggia** | **Sara Boscolo** | **Dr. Alessandro Schiesari**
primario-ortopedico | fisiatra | ecografista | massofisioterapista | medicina estetica

Alberto Gastaldi | **Ivano Boscolo** | **Dr. Antonio Bollettin** | **Dr. Andrea Postorino** | **Dr. Massimo Mancini** | **Dr. Giuseppe Giunta**
dietista | fisioterapista | fisiatra | ortopedico | otorinolaringoiatra | chirurgo plastico

CLODIA MEDICA - Poliambulatorio - Fisioterapia e Riabilitazione
Via S. Spirito n.° 28 Sottomarina (VE) Tel.041/5544341 - www.clodiamedica.com

NEUROPATIA PERIFERICA E VEGETATIVA

L'educazione del paziente e la formazione del personale sanitario è parte integrante della strategia preventiva del piede diabetico.

I pazienti diabetici ad alto rischio di ulcerazione, soprattutto se con condizioni psicofisiche compromesse, dovrebbero ricevere un'educazione finalizzata alla corretta gestione dei fattori di rischio, alla cura complessiva quotidiana del piede e alla sorveglianza della comparsa di alterazioni del trofismo e dell'integrità del piede.

Obiettivo dell'intervento dovrebbe essere l'autogestione delle persone con diabete, la correzione dei comportamenti scorretti e l'aumento dell'aderenza alle prescrizioni.

Nel caso di pazienti con visus compromesso, disturbi psichici o cognitivi che ne riducano l'abilità, l'attività educativa va estesa ad altri membri del nucleo familiare.

Tutti i pazienti con diabete mellito devono essere sottoposti a un esame completo del piede almeno una volta all'anno. Nei pazienti a elevato rischio l'ispezione dei piedi deve essere effettuata a ogni visita.

Al momento dello screening devono essere individuati i fattori di rischio per il piede diabetico.

Un team per la prevenzione e cura del piede diabetico dovrebbe includere medici esperti ma anche personale con competenze in campo educativo e personale addestrato per la cura del piede diabetico (podologi e/o infermieri addestrati).

A tutti i diabetici deve essere garantito un programma educativo sul piede.

È necessario prestare particolare attenzione ai soggetti anziani (età >70 anni), specialmente se vivono soli, se hanno una lunga durata di malattia, problemi visivi ed economici, in quanto a maggior rischio di lesioni al piede.

Ai pazienti con piede a rischio di lesioni devono essere prescritte calzature di qualità e plantari per ridurre i picchi di pressione a livello della superficie plantare del piede.

Lo screening per l'arteriopatia periferica dovrebbe prevedere la valutazione della presenza di claudicatio, la rilevazione dei polsi tibiali e la misurazione dell'indice caviglia/braccio (ABI)

La neuropatia periferica e vegetativa sono le più frequenti complicanze associate al piede diabetico, poiché non solo danno luogo a una riduzione della sensibilità ma predispongono anche a ripetuti traumi al piede, frequente causa delle lesioni cutanee.

La neuropatia interessa circa il 20-40% dei diabetici e tale prevalenza aumenta con la durata della malattia e in presenza di uno scarso compenso metabolico.

Nello studio UKPDS, il 12,3% dei diabetici era già affetto alla diagnosi da tale complicanza, che interessava un terzo dei pazienti dopo 12 anni di follow-up.

Le alterazioni della cute (secchezza ed edema) dovute alla neuropatia vegetativa e la riduzione della sensibilità favoriscono l'ulcerazione.



**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

Inoltre, la neuropatia determina modificazioni dell'appoggio plantare, con formazione di ipercheratosi.

Con cadenza almeno annuale tutti i diabetici adulti dovrebbero essere sottoposti a un esame completo del piede per identificare una condizione di rischio: notizie anamnestiche di precedenti ulcere, sintomi di neuro o arteriopatia, diminuzione del visus, uso di tabacco e quant'altro. L'esame neurologico raccomandato è finalizzato all' identificazione della perdita della sensibilità protettiva .

La riduzione della percezione della pressione tattile con monofilamento di 10 g e della sensibilità vibratoria sono i test più sensibili e specifici di rischio di ulcere podaliche.

La sensibilità vibratoria viene misurata a livello malleolare o sulla falange distale del 1° dito.

Alcuni studi prospettici hanno dimostrato che il deficit della capacità di avvertire le vibrazioni è predittivo di una successiva ulcerazione.

Questi studi sono stati eseguiti utilizzando piccoli apparecchi elettronici portatili, al fine di determinare, con criteri semiquantitativi, la soglia di percezione delle vibrazioni.

Un'alternativa per misurare in modo semiquantitativo la sensibilità vibratoria potrebbe essere il diapason tarato a 128 Hz, la cui correlazione con la soglia di percezione delle vibrazioni è stata evidenziata in uno studio.

Un piede viene ritenuto insensibile quando la soglia vibratoria è > 25 Volt al biotesiometro (Standard di Cura Italiani SID-AMD).

Silvia Di Benedetto

Pizzeria
Piadine Panini caldi



di Mercantini Cristian s.n.c.

anche su prenotazione **041.5540550**
V.le Padova 1 - Sottomarina (Ve)
www.pizzeriadaleo.it



**carrozeria e centro
sostituzione cristalli**



S.ANNA DI CHIOGGIA (VE)
Tel. 041-4950280 Fax 041-5584119

 Carrozeria 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.farmaciachioggia.com

infofarmaciasanmichele@gmail.com



Farmacia Chioggia



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

APETOURS

specialista di Viaggi

via Vianelli 436/437, Pellestrina (Ve)
tel. +39 041 5277253
info@apetours.it



www.apetours.it



Caffè del mare

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



Caffè del Mare



infortunistica

Via C. Colombo 42
30015 Chioggia (Ve)

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



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

Dott.ssa Alessandra Ravagnan
Family Banker®

mediolanum

BANCA



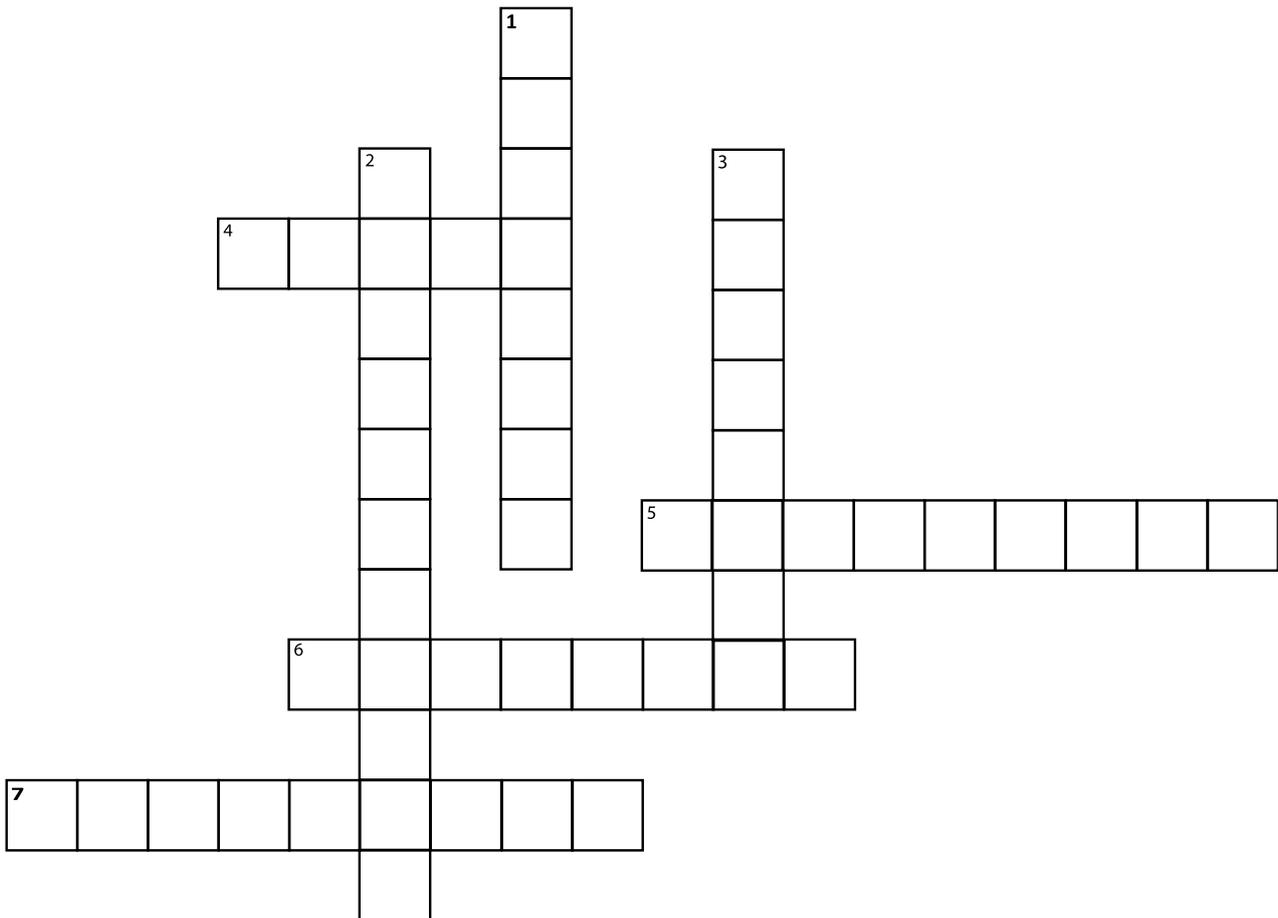
Via del Santo, 25 - 35010 Limena (PD)
Tel. 049.768244 - Cell. 388.1054525

Fax 049.8845526

alessandra.ravagnan@bancamediolanum.it

Iscr. Albo Prom. Fin. n° 370845

CRUCIVERBA



Orizzontali

4. Emoglobina glicosilata
5. Malattia autoimmune
6. Organo che produce insulina
7. Malattia ereditaria

Verticali

1. Zucchero nel sangue
2. Pane, pasta, riso
3. Ormone

ACROSTICO DI DIABETE

Da soli e sentire la vostra erba risate,
i miei amici erano nemici su palafitte,
a capriola serenamente,
bambola triste e dolce in modo che tu non fossi
triste.

E all'azione corrosiva della morte,
tempesta urlando con le braccia aperte,
e anche quando un corpo cade a pezzi a morte.



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.