

Diabete e insulina

L'insulina è un ormone naturale prodotto dal corpo che aiuta a trasformare lo zucchero contenuto nel cibo in energia. Il compito principale dell'insulina è di aiutare a spostare lo zucchero dal sangue nelle piccole cellule che compongono il corpo.



Le persone con **diabete di tipo 1** non producono insulina, quindi devono assumere dosi di insulina per tenere sotto controllo la glicemia.

Le persone con **diabete di tipo 2** non producono abbastanza insulina o l'insulina prodotta dal loro corpo non funziona come dovrebbe. Queste persone devono prendere pillole, dosi di insulina o diversi medicinali iniettabili per curare il diabete e mantenersi in salute.



Esistono molti tipi diversi di insulina. Alcuni durano a lungo nel corpo e aiutano a controllare la glicemia quando non si mangia. Altri tipi di insulina funzionano rapidamente e aiutano a controllare la glicemia dopo un pasto, ma non durano molto a lungo.

La maggior parte dei tipi di insulina deve essere iniettata con:



siringhe
e aghi



penne per
insulina



pompe per
insulina

Questa tabella elenca i diversi tipi di insulina che è possibile utilizzare per il trattamento del diabete.

Tipo di insulina	L'effetto inizia entro...	Massima efficacia entro...	Dura...	Limpida o torbida?
Ad azione rapida/molto rapida ^{1,2} Glulisina (Apidra®) Lispro (Humalog®) Aspart (NovoLog®) Aspart (Fiasp®) ³ Per inalazione (Afrezza®) ¹	15 minuti 15-20 minuti 12-15 minuti	1 ora 2 ore 30 minuti	2-4 ore 5-7 ore 3 ore	Limpida Limpida Contenuta in una cartuccia
Ad azione breve/rapida ¹ Normale (Humulin® R, Novolin® R)	30 minuti	2-3 ore	3-6 ore	Limpida
Ad azione intermedia ¹ NPH (Humulin® N, Novolin® N)	2-4 ore	4-12 ore	12-18 ore	Torbida
Ad azione prolungata Detemir (Levemir®) ^{1,4} Glargine (Basaglar®, Lantus®) ^{1,5,6} Glargine (Toujeo®) ⁷ Degludec (Tresiba®) ⁸	1-2 ore 6 ore 1 ora	Nessun picco Nessun picco Nessun picco	24 ore 24-36 ore 42 ore	Limpida Limpida Limpida

Potrebbe essere necessario assumere la stessa quantità di insulina ogni giorno oppure quantità diverse, a seconda dei risultati della glicemia. In alcuni casi, è possibile utilizzare diversi tipi di insulina, come ad esempio **insulina ad azione breve/rapida** e **insulina ad azione prolungata**.

Alcuni tipi di insulina sono disponibili in flaconi o penne premiscelati. Sarà il medico a stabilire il tipo e la quantità di insulina e la frequenza di assunzione.

È importante controllare ogni giorno il **livello di zucchero nel sangue** utilizzando un glucometro per assicurarsi che l'insulina assunta funzioni.

La dieta e i livelli di zucchero nel sangue saranno importanti per decidere se è necessario variare la dose di insulina.



Aggiunta di insulina in una siringa

1

Aggiungere sempre l'insulina limpida nella siringa prima dell'insulina torbida

2

Mescolare l'insulina torbida facendola rotolare delicatamente tra le mani prima di aggiungerla nella siringa

3

Non agitare l'insulina

4

Controllare le etichette sul flacone per assicurarsi di utilizzare il giusto tipo di insulina

Conservazione dell'insulina



Una volta aperti, il flacone di insulina o la penna possono essere conservati a temperatura ambiente



Se l'insulina non verrà utilizzata entro 30 giorni, conservarla in frigorifero



Gettare via l'insulina conservata a temperatura ambiente per più di 30 giorni



Non condividere mai l'insulina o gli aghi con altre persone



Non conservare l'insulina nel congelatore o in luoghi caldi, come ad esempio in auto o sul davanzale della finestra, perché potrebbe perdere di efficacia



Se l'insulina limpida è diventata torbida o contiene parti più dense, gettala via



Tenere sempre a portata di mano un flacone o una penna in più per ogni tipo di insulina utilizzata

Quando si prende l'insulina, è importante consumare pasti regolari. L'assunzione di insulina aiuta a mantenere normali i livelli di zucchero nel sangue, ma se si prende troppa insulina o non si mangia nulla, la glicemia può abbassarsi troppo.

Per le raccomandazioni relative alla conservazione e all'uso del medicinale, controllare la scheda informativa del farmaco o contattare il produttore del farmaco. Per evitare l'ostruzione e/o la contaminazione dell'ago della siringa, non conservare i medicinali all'interno della siringa.

Per eventuali domande sull'insulina, rivolgersi al proprio medico o altro operatore sanitario.

1. American Diabetes Association. Insulin Basics. <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/medication/insulin/insulin-basics.html>.

Aggiornato: 26 marzo 2019. Consultato: 27 marzo 2019.

2. Donner T, Sarkar S. Insulin - Pharmacology, Therapeutic Regimens, and Principles of Intensive Insulin Therapy. In: Feingold KR, et al., eds. Endotext [Internet]. U.S. National Library of Medicine, 23 Feb. 2019. www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK278938/.

3. Fiasp® (insulin aspart injection), for subcutaneous or intravenous use [foglietto illustrativo]. Plainsboro, NJ: Novo Nordisk, Inc.; pp.2,4

4. Levemir® (insulin detemir injection), for subcutaneous use [foglietto illustrativo]. Plainsboro, NJ: Novo Nordisk, Inc.

5. Basaglar® (insulin glargine injection), for subcutaneous use [foglietto illustrativo]. Indianapolis, IN: Eli Lilly and Company.

6. Lantus® (insulin glargine injection), for subcutaneous injection [foglietto illustrativo]. Bridgewater, NJ: Sanofi-Aventis, U.S. LLC.

7. Toujeo® (insulin glargine injection) U-300, for subcutaneous use [foglietto illustrativo]. Bridgewater, NJ: Sanofi-Aventis, U.S. LLC.

8. Tresiba® (insulin degludec injection), for subcutaneous use [foglietto illustrativo]. Plainsboro, NJ: Novo Nordisk, Inc.



association of
clinicians for the
underserved

La Association of Clinicians for the Underserved (ACU) ha collaborato con Trividia Health, Inc. per sviluppare e diffondere questi materiali educativi grazie ai finanziamenti per completare questo progetto nazionale.