

Misurazione della glicemia

Per mantenersi in buone condizioni di salute, quando si ha il diabete è importante controllare la glicemia. La misurazione della glicemia può aiutare a capire in che modo il medicinale, il cibo e l'attività fisica possono modificare la glicemia. Inoltre consente di sapere se la glicemia è troppo alta o troppo bassa.

Chiedere al proprio medico con che frequenza e a che ora del giorno è opportuno controllare la glicemia.



Potrebbe essere necessario controllare la glicemia nei seguenti casi:



Quando si prendono pillole per il diabete o insulina



In gravidanza



In viaggio



In malattia



Quando si cambiano le normali abitudini alimentari



Con nuovi medicinali



Con l'inizio di un nuovo tipo di attività fisica

Il glucometro è un apparecchio per misurare la glicemia.

Chiedere consiglio al medico o al farmacista per stabilire qual è il glucometro più adatto nel proprio caso, in base al costo dell'apparecchio e dei materiali di consumo (batterie, strisce reattive, aghi) e alla facilità di lettura e programmazione.

Alcuni glucometri hanno una codifica speciale o un chip che deve essere sostituito con ogni nuovo flacone di strisce reattive. Alcuni misuratori hanno una sostanza di "controllo" per verificare se l'apparecchio funziona correttamente.



Per informazioni dettagliate e specifiche, fare riferimento alle Istruzioni per l'uso del glucometro. Per utilizzare il glucometro:



1. Lavare e asciugare le mani.



2. Mettere una striscia reattiva nell'apparecchio.



3. Pungere la punta del dito con un ago (lancetta).



4. Premere delicatamente il dito per far fuoriuscire una piccola goccia di sangue.

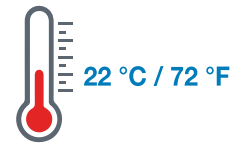


5. Tenere il bordo della striscia reattiva sulla goccia di sangue (l'apparecchio potrebbe emettere un segnale acustico quando c'è abbastanza sangue).



6. Il risultato della glicemia verrà visualizzato sul glucometro.

Per assicurarsi che i risultati della glicemia siano sempre corretti, pulire il glucometro regolarmente e assicurarsi di mantenere l'apparecchio e le strisce reattive a temperatura ambiente.



- ◆ Non utilizzare strisce reattive vecchie o scadute e utilizzare solo strisce reattive progettate per il proprio glucometro.
- ◆ Usare la giusta quantità di sangue (non troppo o troppo poco).



Il medico o altro operatore sanitario saprà illustrare al paziente il funzionamento del glucometro.

Alcune persone che assumono insulina per il diabete potrebbero aver bisogno di utilizzare un apparecchio per il **monitoraggio continuo del glucosio**. Questi apparecchi controllano la glicemia a intervalli di alcuni minuti utilizzando un sensore posizionato sotto la pelle.

Per alcuni apparecchi di monitoraggio è richiesta la puntura del dito alcune volte al giorno per verificare che l'apparecchio funzioni, mentre per altri non è necessario.¹



		Valores de Glicemia			
		Lunch/ Almuerzo		Dinner/ Cena	
		Before/ Antes	After/ Después	Before/ Antes	After/ Después
DATE	TIME	106	129	156	160
DATE	TIME	100	165	165	311
DATE	TIME	100		176	320
DATE	TIME	99	147	147	329
DATE	TIME	111	165	156	234

Annotare i risultati ogni volta che si controlla la glicemia. È possibile utilizzare il registro fornito con il glucometro o un taccuino.

Alcuni glucometri sono in grado di memorizzare i risultati della glicemia in modo da non doverli scrivere.

È molto importante presentarsi a tutte le visite mediche programmate.

Portare con sé il glucometro e il registro dei risultati (memorizzati sul glucometro o annotati in un taccuino/registro) ad ogni visita medica.



1. American Diabetes Association. Standards of medical care in diabetes – 2019. Diabetes Care. 2019; Vol. 42 (Suppl. 1): S73-S75