

# FASE 1:

## Il rischio di chetoacidosi diabetica si riduce con la conoscenza

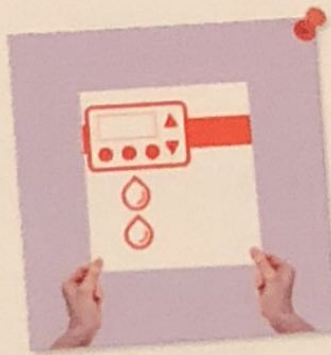
1. Persone a rischio di chetoacidosi diabetica, per le quali risulta utile il controllo della chetonemia



Pazienti con diabete di tipo 1



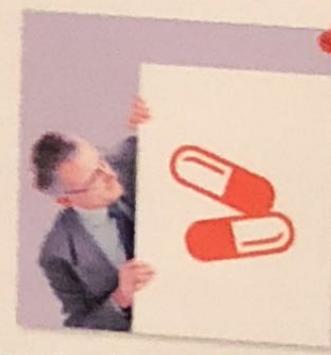
Bambini e adolescenti



Utilizzatori di pompa insulinica



Donne in gravidanza



Pazienti con diabete di tipo 2 trattati con insulina

## 2. Perché controllare la chetonemia

- Il controllo della chetonemia (cioè della concentrazione dei corpi chetonici nel sangue) riduce il rischio di chetoacidosi diabetica, nota anche come DKA.
- La maggior parte degli episodi di chetoacidosi diabetica si possono prevenire. La DKA si sviluppa quando l'insulina è assente o non sufficiente.
- Il controllo della chetonemia e la reazione tempestiva con dosi supplementari di insulina, liquidi e consulenza medica può mantenerti sano ed **evitare una terapia di emergenza**.

## 3. Quando controllare la chetonemia

- Ricorda di controllare la chetonemia ogni volta che:
  - **ti ammali;**
  - **hai livelli di glicemia elevati (250 mg/dL o superiori) su due controlli consecutivi della glicemia eseguiti entro 3-4 ore.**

## 4. Informati sulla DKA e sul monitoraggio della chetonemia

È facile capire l'importanza del controllo della glicemia, ma perché è importante il **controllo della chetonemia?**

Prima di tutto ricordiamo brevemente perché è importante controllare i livelli della glicemia.

**I livelli della glicemia forniscono le indicazioni per la gestione del diabete**, aiutando a determinare il dosaggio appropriato dell'insulina e a valutare gli effetti dell'alimentazione e dell'esercizio fisico. Allora, **perché è importante controllare anche la chetonemia?** Cominciamo a scoprire che cosa sono i chetoni.

***I chetoni sono il sottoprodotto del metabolismo dei grassi.***

I chetoni sono in grado di fornire energia all'organismo quando il glucosio non è disponibile. Come sai, per ricavare energia dai carboidrati contenuti negli alimenti il nostro corpo ha bisogno dell'insulina. L'insulina è la chiave che "apre" le cellule e permette al glucosio di entrarvi e di fornire energia. Se la quantità di insulina non è sufficiente, il glucosio non riesce a entrare nelle cellule e i livelli ematici di glucosio aumentano. ***Senza l'insulina, il corpo inizia a metabolizzare il grasso e produce chetoni.***

***I chetoni possono essere molto pericolosi se la glicemia è alta.***

Se la glicemia e la chetonemia continuano ad aumentare, le condizioni del paziente possono peggiorare molto rapidamente: inizia a disidratarsi e diviene acidotico, cioè il suo corpo perde acqua e sali, il pH diminuisce e si ha un accumulo di acidi, i chetoni, che portano allo sviluppo di chetoacidosi diabetica.

## **5. Differenza tra chetoni ematici e chetoni urinari**

Forse hai sentito parlare o hai imparato a controllare i chetoni urinari. Essi riflettono ciò che è avvenuto nel passato recente, ma non necessariamente che cosa sta accadendo adesso.

I chetoni ematici ti informano su ciò che stai vivendo in questo preciso momento, così puoi avere le informazioni migliori e più aggiornate su cosa fare.

I ***chetoni urinari*** vengono controllati immergendo una striscia reattiva nell'urina, procedimento scomodo adesso che è possibile controllare la chetonemia. Inoltre, esaminando il colore della striscia dopo 30-60 secondi, puoi soltanto ***stimare*** il livello dei chetoni urinari.

I ***chetoni ematici***, invece, vengono controllati esattamente come la glicemia e inoltre, lo strumento ti fornisce il livello ***esatto*** dei chetoni ***in soli 10 secondi***.

La **American Diabetes Association** afferma che per la diagnosi della chetoacidosi diabetica il controllo dei chetoni ematici (chetonemia) è più affidabile del controllo dei chetoni urinari, ed è quindi da preferirsi.

## 6. Come interpretare i risultati dei chetoni ematici

< 0.6

- **inferiore a 0,6 mmol/L** – Normale; controllare la chetonemia entro 1-2 ore se la glicemia rimane elevata, superiore a 250 mg/dL.

0.6 - 1.5

- **0,6 - 1,5 mmol/L** – Indica la necessità di una dose supplementare di insulina. È importante seguire le direttive del tuo team diabetologico e continuare a controllare la glicemia e la chetonemia entro 1-2 ore.

> 1.5

- **superiore 1,5 mmol/L** – Indica il rischio di chetoacidosi diabetica. Telefona IMMEDIATAMENTE al tuo team diabetologico.

**Ora potrai controllare la tua chetonemia ovunque:  
a casa, a scuola, al lavoro.**