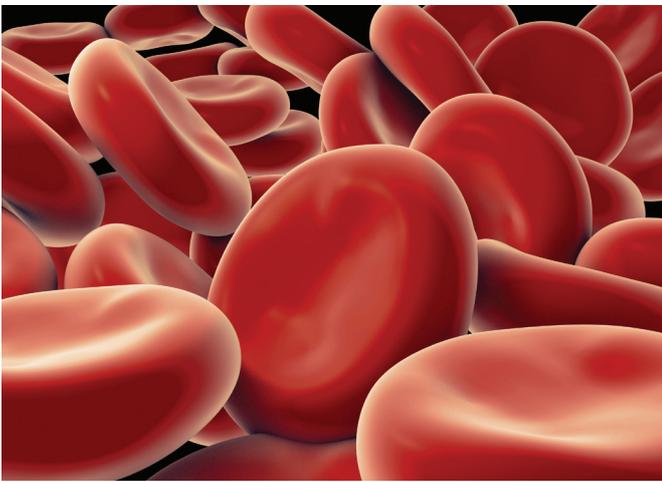


In cosa consiste l'esame dell'emoglobina A1c (HbA1c)?

Il test dell'HbA1c è un'analisi del sangue che indica la glicemia (livello di glucosio nel sangue) media di una persona negli ultimi 2 - 3 mesi. Segnala se la glicemia è stata mediamente nella norma o troppo alta. Per questo motivo si tratta dell'esame più importante per il medico e il consulente in diabetologia, perché consente di stabilire se la glicemia del paziente è, nel complesso, sotto controllo.

Cosa misura il test?

Lo zucchero presente nel flusso sanguigno si lega all'emoglobina dei globuli rossi. Si tratta di quella parte dei globuli rossi responsabile del trasporto dell'ossigeno. Questo processo è denominato «glicosilazione». Una volta legato, lo zucchero resta lì per l'intero ciclo vitale del globulo rosso, ovvero circa 120 giorni. Più alta è la concentrazione media di glucosio nel sangue, più zucchero si lega ai globuli rossi. Il test dell'HbA1c misura la quantità di zucchero legato all'emoglobina dei globuli rossi. Il risultato viene indicato in percentuale.



Perché questo esame è così importante per le persone con diabete?

Uno degli studi più importanti mai condotti sul diabete (il DCCT, Diabetes Control and Complications Trial) ha mostrato quanto sia importante il test dell'HbA1c. Lo studio ha dimostrato che la riduzione del valore dell'HbA1c può prevenire o ritardare le complicazioni del diabete quali le malattie degli occhi (retinopatie) e i disturbi dei reni (nefropatie) o dei nervi (neuropatie). Lo studio sottolinea il fatto che una qualsiasi riduzione, anche modesta, del valore dell'HbA1c aumenta le probabilità che il paziente resti sano. Il più recente studio condotto in Gran Bretagna (UKPDS, United Kingdom Prospective Study on Diabetes) ha confermato questi risultati anche per le persone con diabete di tipo 2.

Quando deve essere effettuato il test?

Le persone con diabete dovrebbero sottoporsi al test 2 - 4 volte all'anno. Nel caso in cui i valori della glicemia siano troppo elevati o quando è necessario attuare variazioni della terapia, il test dovrà essere eseguito con maggiore frequenza.

Come si esegue il test dell'HbA1c?

L'esame viene effettuato nell'ambulatorio del medico o in laboratorio. Per eseguire il test, viene prelevata una piccola quantità di sangue. Il sangue viene analizzato con un apparecchio di analisi del medico oppure spedito ad un laboratorio medico specializzato. L'apparecchio nell'ambulatorio del medico misura il valore dell'HbA1c in circa 5 - 6 minuti, quindi mentre il paziente si trova ancora dal medico. In tal caso, il valore può essere immediatamente utilizzato per l'ulteriore pianificazione della terapia. Se il sangue viene spedito al laboratorio, il medico deve attendere alcune ore o giorni, prima di conoscere il valore ed essere in grado di prendere i provvedimenti necessari.

Perché è comunque necessario misurare la glicemia?

L'autocontrollo della glicemia è altrettanto importante. Aiuta il paziente a comprendere in che modo l'alimentazione, l'attività fisica e il trattamento medicamentoso del diabete influenzano la glicemia. I risultati dell'autocontrollo aiutano il paziente a conoscere il suo metabolismo e a comportarsi nella vita di tutti i giorni in modo da mantenere i valori glicemici nell'intervallo fissato con il proprio medico (valori obiettivo) oppure vicini alla norma. I valori del glucometro mostrano quando la glicemia è troppo alta o troppo bassa. In questo modo si può elaborare con il medico e il consulente in diabetologia un piano efficace per il controllo del metabolismo, che comprenda tutti gli aspetti del trattamento del diabete quali l'attività fisica, l'alimentazione, i medicinali, l'insulina o le misure psicosociali (adeguamenti sul posto di lavoro, nel tempo libero o nel sociale). Tutte le persone con diabete dovrebbero misurare la propria glicemia, al fine di imparare il modo migliore per riuscire a controllarla in modo autonomo. L'automisurazione della glicemia fornisce un'istantanea della concentrazione di glucosio al momento del test, mentre il valore dell'HbA1c offre una panoramica sugli ultimi 3 mesi.

Insieme i due esami mostrano ai medici/paramedici e ai pazienti quanto la glicemia sia sotto controllo e fino a che punto siano stati raggiunti gli obiettivi della terapia.

Qual è il significato del valore dell'HbA1c?

Il valore obiettivo dell'HbA1c per le persone con diabete è compreso generalmente tra il 6% e il 7%. Nell'ambito della terapia, il medico o il consulente in diabetologia possono concordare con il paziente anche altri valori obiettivo. I risultati dello studio «DCCT» mostrano chiaramente che le persone che riescono a mantenere l'HbA1c sotto il 7% hanno una possibilità nettamente superiore di rallentare o prevenire le complicazioni del diabete a carico di occhi, reni e nervi rispetto alle persone con un valore superiore all'8%. Se il valore supera l'8%, nella maggior parte dei casi è necessario modificare la terapia. Anche la più piccola riduzione del valore dell'HbA1c aiuta i pazienti con diabete a restare sani più a lungo e a ridurre le conseguenze tardive.

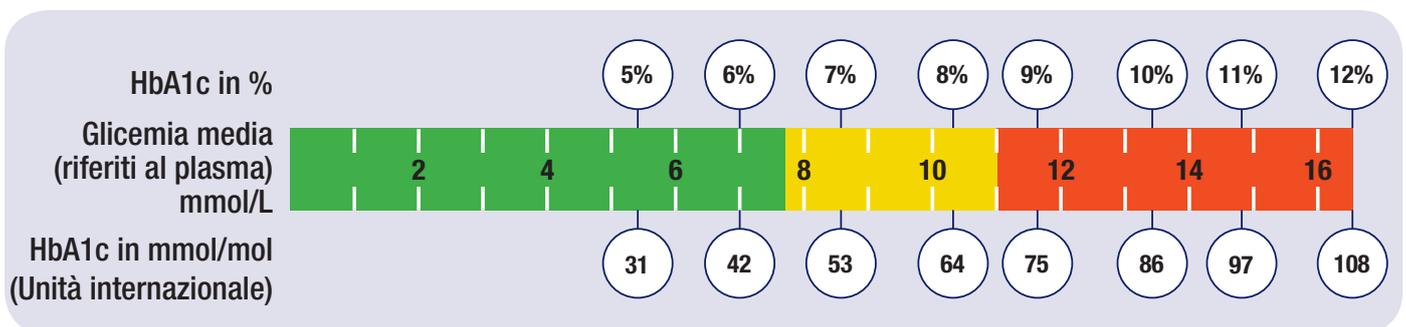
Come possono fare i pazienti diabetici a mantenere il valore dell'HbA1c sotto il 7%¹?

Convivere per molto tempo in sintonia con il diabete significa rispettare un'alimentazione adeguata, seguire un programma di attività fisiche e assumere i medicinali secondo la prescrizione del medico. Sempre più spesso vuol dire però anche attuare una terapia insulinica sostitutiva ed eseguire autocontrolli più frequenti, unitamente a visite regolari dal medico e/o dal consulente in diabetologia. Se il paziente ha un valore di HbA1c elevato, il medico o il consulente in diabetologia cercheranno di individuare insieme al paziente la possibilità di stabilizzare il metabolismo glicemico sulla base dei valori della glicemia misurati giornalmente. A questo scopo si ricorre spesso anche all'ausilio di rappresentazioni grafiche di diari elettronici, quali p.es. quelle consentite dal software per la gestione dei dati GLUCOFACTS DELUXE[®], che viene installato sul PC del paziente. I risultati del glucometro possono essere trasmessi nel giro di qualche secondo e consentono di ottenere analisi sulla base di grafici che possono essere personalizzati premendo semplicemente un tasto. Motivi frequenti di glicemia elevata sono un'assunzione di alimenti eccessiva o scorretta, la mancanza di attività fisica, lo stress, l'insufficienza della terapia o anche l'assunzione di compresse nel momento sbagliato, l'errata somministrazione di insulina (sito di iniezione inappropriato, aghi troppo corti, scorretta conservazione dell'insulina), nonché infezioni o altre malattie. Una volta individuata la causa, il medico e il consulente in diabetologia decideranno insieme al paziente in che modo adattare il piano di trattamento, per raggiungere il valore obiettivo dell'HbA1c inferiore al 7% (prima di qualsiasi aggiustamento della terapia concordata è necessario rivolgersi al proprio medico curante).

Perché i pazienti con diabete devono conoscere la glicemia e il valore di HbA1c?

Se il paziente con diabete conosce la glicemia e il valore dell'HbA1c, può assumere un ruolo attivo nella lotta alla malattia. Per esempio, un determinato valore di HbA1c potrebbe significare che la glicemia media è di circa 10 mmol/l. Con un valore di HbA1c elevato è consigliabile consultare il proprio medico o consulente in diabetologia.

L'illustrazione seguente offre una visione d'insieme che consente di risalire alla glicemia media sulla base del valore dell'HbA1c:



Ascensia Diabetes Care Switzerland AG
Peter Merian-Strasse 90
4052 Basel

Tel.: +41 61 544 79 90
Fax: +41 61 568 43 61
E-Mail: info@ascensia.ch
www.ascensia-diabetes.ch



¹ Salvo che non siano stati concordati con il medico altri intervalli di valori da raggiungere;
* Editore e casa editrice « Stiftung Warentest » in Germania, numero 11/2024, test sui dispositivi per la misurazione della glicemia, pagine 90-95.