

27° CONGRESSO NAZIONALE ANDID
ROMA
7-9-maggio 2015

Ai sensi dell'art. 3.3 del Regolamento applicativo dell'Accordo Stato-Regioni 05.11.2009, dichiaro che negli ultimi due anni ho avuto i seguenti rapporti anche di finanziamento con i seguenti soggetti portatori di interessi commerciali in campo sanitario:

- ROCHE DIAGNOSTICS spa

In fede, Ambra Morelli

**Il dietista fra la metodologia e la
pratica applicata all'ambito
sportivo:**

**l'esempio di
"Diabete Sommerso"**

Ambra Morelli dietista - comitato scientifico "Diabete Sommerso"

Roma 8 maggio 2015

LA PREMESSA

L'attività subacquea ricreativa



In caso di diabete i benefici che derivano dall'attività fisica in associazione ad una alimentazione corretta sono notevoli:

- Aumenta lo stato di benessere psico-fisico, contribuisce a controllare il peso corporeo
- Migliora i livelli glicemici e l'azione insulinica
- **Incoraggia all'autogestione responsabile della malattia e al controllo glicemico**

LA PREMESSA

L'attività subacquea ricreativa



è un esercizio discretamente impegnativo per il quale è richiesta una buona condizione fisica generale, classificabile come attività aerobica lattacida a bassa intensità

Nel calcolo del dispendio energetico bisogna prevedere

- la fase di preparazione: vestizione, montaggio attrezzature, ecc
- le escursioni termiche: caldo in superficie, freddo in immersione
- possibili imprevisti: correnti, onde, ecc

LA PREMESSA

Possibili rischi per la persona con diabete



Oltre ai rischi generali delle immersioni con ARA:
barotrauma, narcosi da azoto, malattia da decompressione

Problemi derivanti da:

- Stress
- Ipoglicemia inavvertita
- Confusione tra sintomi ipoglicemici e narcosi da azoto
- Chetoacidosi diabetica

Importanza del certificato medico di idoneità

LA PREMESSA

Possibili rischi per la persona con diabete



Criteria di esclusione secondo ADA e Undersea Hyperbaric Medical Society

RISCHI	ESCLUSIONE SE
Ipoglicemia	<ul style="list-style-type: none">• neuropatia autonoma• hypoglycemia unawareness• storia di ipo gravi nei 12 mesi precedenti
DKA	<ul style="list-style-type: none">• diabete non controllato• inadeguata comprensione del rapporto diabete/esercizio fisico
Complicanze	<ul style="list-style-type: none">• serie complicanze micro/macro (neuropatia, coronaropatia, ecc)

Importanza del certificato medico di idoneità

LA PREMESSA

Possibili rischi per la persona
con diabete



Studi sperimentali e “sul campo” hanno dimostrato
che le immersioni non determinano di per sé delle
variazioni glicemiche



DIABETE
SOMMERSO®

Associazione “Diabete Sommerso” Onlus

- **Perché:**

- le immersioni subacquee con autorespiratore rientrano nelle attività sportive da sempre considerate “off limits” nella persona con diabete tipo 1, posizione tuttora diffusa
- Erano frequenti episodi ipoglicemici con le insuline del passato, gli strumenti per l’autocontrollo delle glicemie non erano così affidabili come quelli attuali: l’autogestione della terapia insulinica aveva percorsi meno definiti

- **Cos’è:**

- la forte motivazione della persona con diabete a confrontarsi con un’attività affascinante e impegnativa porta, attraverso un percorso educativo all’autogestione consapevole
- Il buon compenso metabolico consente alla persona con diabete di affrontare la subacquea in condizione di massima sicurezza

Ma molte persone con diabete, di fronte ad un possibile divieto, scelgono di non dichiararsi esponendosi a molti rischi

Mission e organizzazione di DS

- Promuove la diffusione dell'attività subacquea in condizioni di sicurezza fra le persone affette da Diabete Mellito , nel rispetto dei protocolli esistenti e delle eventuali modifiche apportate dall'aggiornamento medico-scientifico sul tema
- **Forma le persone con diabete che vogliono praticare attività subacquea**
- Collabora con le altre associazioni di volontariato in diabetologia , con Diabete Italia , con le Federazioni Sportive e con tutti gli enti interessati a migliorare la qualità delle cure e la qualità di vita delle persone affette da Diabete Mellito tipo 1 e tipo 2.
- ***Organizza workshop di formazione per istruttori subacquei per consentire alle persone con diabete di praticare attività subacquee in sicurezza presso Centri Diving nella propria regione***
- ***Organizza workshop per diabetologi sul territorio nazionale***
- **L' Associazione è formata da:**
 - un Consiglio Direttivo
 - un Comitato tecnico (istruttori subacquei)
 - un Comitato scientifico (diabetologici, iperbaristi, infermieri, **DIETISTA**)

Protocollo di sicurezza per le immersioni: obiettivo prevenzione ipoglicemia

Programma appositamente concepito
Integrazione della didattica subacquea internazionale con
insegnamenti teorico-pratici relativi alle problematiche
del paziente diabetico



Il progetto ha visto la collaborazione di più organizzazioni internazionali:

- YMCA – Scuba Program
 - Divers Alert Network DAN – USA
 - Divers Alert Network DAN Europe
- e locali
- Unità operativa di diabetologia – Ospedale Niguarda di Milano
 - Associazione diabetici della Provincia di Milano

Bonomo M , Cairoli R, Verde G, Morelli L, Moreo A, Delle Grottaglie MJ, et al
Safety of recreational scuba diving in type 1 diabetic patients: the deep monitoring programme.
Diabetes Metab 2009;35:101-7

Bonomo M, Valentini U, Di Bartolo G, Corigliano G, Longobardi P, Galetta M, Cingoli L, Marroni A ,
“Diabete Sommerso”: un progetto in evoluzione
G It Diabetol Metab 2012;32:146-153

Protocollo di sicurezza per le immersioni: obiettivo prevenzione ipoglicemia

Il progetto “DIABETE SOMMERSO” prevede la formazione della persona con diabete

- adeguamento della terapia insulinica prima e dopo le immersioni tali da prevenire ipo e iperglicemie
- Prevenzione delle ipoglicemie, garantire un buon compenso glicemico
- Target glicemici (standard glicemici validati)
- Monitoraggio delle glicemie
- Corretta alimentazione

OBIETTIVI

Prevenzione dei rischi aggiuntivi:

- Iperglicemia da stress
- Aumentato dispendio energetico
- Confusione fra sintomi ipoglicemici e narcosi da azoto
chetoacidosi diabetica



Protocollo di sicurezza per le immersioni: obiettivo prevenzione ipoglicemia

Il progetto “DIABETE SOMMERSO” prevede la formazione della persona con diabete

- adeguamento della terapia insulinica prima e dopo le immersioni tali da prevenire ipo e iperglicemie
- Prevenzione delle ipoglicemie, garantire un buon compenso glicemico
- Target glicemici (standard glicemici validati)
- Monitoraggio delle glicemie
- **Corretta alimentazione**

OBIETTIVI

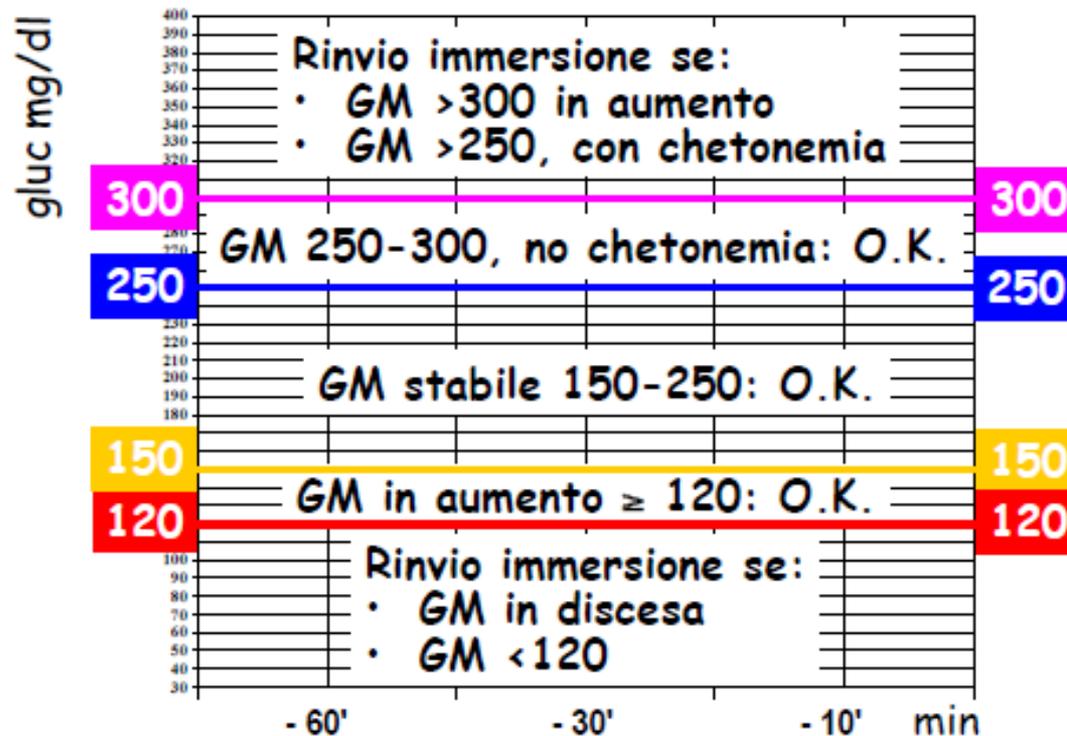
Prevenzione dei rischi aggiuntivi:

- Iperglicemia da stress
- Aumentato dispendio energetico
- Confusione fra sintomi ipoglicemici e narcosi da azoto
- Chetoacidosi diabetica



Algoritmo pre immersione: valutazione del trend glicemico

CONTROLLI GLICEMIA CAPILLARE



La glicemia viene considerata stabile quando le variazioni tra le rilevazioni non sono superiori al 20%

Protocollo di sicurezza per le immersioni: obiettivo prevenzione ipoglicemia



- Primo step: corretta alimentazione
- Stretto automonitoraggio glicemico
- Modificazioni da apportare alla terapia insulinica



Il protocollo di studio

- Studio prospettico di validazione del protocollo di sicurezza con Ospedale Niguarda
 - **scopi**: verificare con ampia casistica di immersioni ricreative in acque libere, condotte in curva di sicurezza, la validità del protocollo
 - **metodi** : arruolamento di pazienti che partecipano ai campi scuola organizzati nell'ambito del progetto per il brevetto OWD o già brevettati; programmazione delle immersioni con determinazioni seriate pre-immersioni della glicemia capillare, con applicazione fedele dell'algoritmo, accompagnamento di istruttori subacquei a loro volta addestrati
 - **sicurezza**: prevede l'accompagnamento di istruttori e guide sub appositamente addestrati
 - **parametri considerati**: glicemia capillare secondo protocollo, interventi correttivi, episodi ipoglicemici
 - **durata dello studio**: dal 1 luglio 2013 a fine anno 2015

Alimentazione per il sub con diabete

GIORNO PRECEDENTE L'IMMERSIONE

- Abbondante assunzione di liquidi
- Pasti assunti regolarmente, non diminuire l'introito calorico

GIORNO DELL'IMMERSIONE

- Colazione aumento di 200 kcal (CHO complessi e proteine)
- Almeno 2-4 bicchieri di acqua prima dell'immersione
- Immediatamente prima dell'immersione: assunzione di un piccolo spuntino di 100 kcal (CHO complessi)

DOPO L'IMMERSIONE

- Se glicemia < 80 mg/dl: assunzione immediata di snack di CHO, controllo ripetuto dopo 30'
- Se glicemia \geq 80 mg/dl: consigliato spuntino di CHO complessi

Cosa studiano i partecipanti: **il campo scuola**

Corsi OWD: brevetto che consente immersioni fino a 18 metri
Didattica per la prevenzione ed eventuale trattamento delle ipoglicemie



Le lezioni in aula

Lezioni interattive su:

- gestione della terapia insulinica intensiva
- **alimentazione corretta e calcolo dei carboidrati**
- rapporto tra terapia intensiva e attività fisica
- discussione di esperienze
- immersioni subacquee



Segnalazione di ipoglicemia sott'acqua

Segnale manuale aggiuntivo



- **LOW !**
- **IPOGLICEMIA**
- **SONO IN IPO !**

La correzione è ovviamente più problematica che in superficie
prevede la risalita immediata, assunzione di gel di glucosio in cheerpack

L'attività del dietista a terra



L'attività del dietista a terra

- **Riferimento associativo per l'alimentazione**
consulenza nutrizionale
- **Durante le lezioni in aula:**
addestramento al counting dei CHO
- **Prima delle immersioni:**
 - prevenzione e trattamento nutrizionale delle ipoglicemie
 - affiancamento ai subacquei diabetici per la decisione del pasto
 - affiancamento ai subacquei diabetici al momento del rilevamento glicemia (60' e 30')
 - valutazione pasti/spuntini CHO semplici/complessi
 - partecipazione al Briefing, controllo forniture di CHO in barca/luogo di immersione
- **Dopo le immersioni**
partecipazione al Debriefing

L'attività del dietista a terra

- Riferimento associativo per l'alimentazione
consulenza nutrizionale
- Durante le lezioni in aula:
addestramento al counting dei CHO

E' basato sull'empowerment del paziente, sulla capacità di agire e di fare delle scelte

Obiettivi:

educare la persona con diabete a regolarizzare e gestire le glicemie valutando appropriatamente l'insulina da infondere;
educare al controllo della risposta glicemica postprandiale, attraverso la pianificazione e il controllo degli zuccheri contenuti negli alimenti, quindi nei pasti

L'attività del dietista a terra

- Riferimento associativo per l'alimentazione
consulenza nutrizionale
- Durante le lezioni in aula:
addestramento al counting dei CHO
- Prima delle immersioni:
 - prevenzione e trattamento nutrizionale delle ipoglicemie
 - affiancamento ai subacquei diabetici per la decisione del pasto
 - affiancamento ai subacquei diabetici al momento del rilevamento glicemia (60' e 30')
 - valutazione pasti/spuntini CHO semplici/complessi
 - partecipazione al Briefing, controllo forniture di CHO in barca/luogo di immersione
- Dopo le immersioni
partecipazione al Debriefing

L'attività del dietista a terra

- Riferimento associativo per l'alimentazione
consulenza nutrizionale
- Durante le lezioni in aula:
addestramento al counting dei CHO
- Prima delle immersioni:

g 15 di zuccheri semplici

- 4 zollette di zucchero
- 3 bustine di zucchero
- 1 cucchiaio di marmellata/miele/zucchero
- 3 caramelle medie
- ½ succo di frutta (~ 150ml)
- ½ lattina bibita (~ 150 ml)

g 15 di zuccheri complessi

- 20 g di pane (= 1 fetta di pan carrè)
- 20 g corn flakes (= 4 cucchiai)
- 2 crackers
- 2 fette biscottate
- 15 g di grissini (pacchettino tipo albergo)

L'attività del dietista a terra

- **Riferimento associativo per l'alimentazione**
consulenza nutrizionale
- **Durante le lezioni in aula:**
addestramento al counting dei CHO
- **Prima delle immersioni:**
 - prevenzione e trattamento nutrizionale delle ipoglicemie
 - affiancamento ai subacquei diabetici per la decisione del pasto
 - affiancamento ai subacquei diabetici al momento del rilevamento glicemia (60' e 30')
 - valutazione pasti/spuntini CHO semplici/complessi
 - partecipazione al Briefing, controllo forniture di CHO in barca/luogo di immersione
- **Dopo le immersioni**
partecipazione al Debriefing

L'attività del dietista al campo immersioni



L'attività del dietista al campo immersioni

- **Prima delle immersioni:**
 - controllo forniture di CHO in barca/luogo di immersione
 - affiancamento ai subacquei diabetici al momento del rilevamento glicemia a 10' prima dell'immersione
 - valutazione spuntini di CHO semplici/complessi
- **Dopo le immersioni**
 - affiancamento ai subacquei diabetici per eventuali necessità di assunzioni nutrizionali

IL LOGBOOK: il diario delle immersioni

✓ ogni subacqueo registra sul diario ciò che è avvenuto durante le immersioni;

✓ le registrazioni serviranno per pianificare le immersioni successive;

✓ il logbook documenta il livello di addestramento



IMMERSIONE N°: _____
DATA: _____
SITO: _____

PASTO PRE IMMERSIONE: _____

AGGIUSTAMENTI ALLA TERAPIA INSULINICA: _____

EQUIPAGGIAMENTO		INIZIO IMMERSIONE	FINE IMMERSIONE
BOMBOLE MATERIALE CARICATA <input type="checkbox"/> nitrox <input type="checkbox"/> litri <input type="checkbox"/> aria <input type="checkbox"/> %O2		ora _____ bar	ora _____ bar
ZAVORRA <input type="checkbox"/> kg		sosta di sicurezza _____ m	
PROTEZIONI <input type="checkbox"/> ombra <input type="checkbox"/> scimmia-loggia <input type="checkbox"/> collana		tempo di immersione _____	profondità raggiunta _____ m
ALTRA ATTREZZATURA		INGRESSO IN ACQUA	
		METEO	
		TEMPERATURA	
		CONDIZIONI DEL MARE	
		CORRENTE	
		VISIBILITÀ	
		COSA HO VISTO:	

GLICEMIE E REALTIVI PROVVEDIMENTI				
	VALORI mg/dl	PROVVEDIMENTI	CHETONI	TREND ↑ ↓ →
60 minuti prima	_____	_____	_____	_____
30 minuti prima	_____	_____	_____	_____
15 minuti prima	_____	_____	_____	_____
post immersione	_____	_____	_____	_____

LA MIA GUIDA:		IL MIO COMPAGNO:	
nome _____	_____	nome _____	_____
firma _____	_____	firma _____	_____
timbro _____	_____		

SCHEDA DELL'IMMERSIONE

INFORMAZIONI PERSONALI		
COGNOME	NOME	NATO IL ANNO MESE GIORNO
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>

INFORMAZIONI GIORNALIERE		
DATA	LUOGO D'IMMERSIONE	ALT. SLM
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Come ti senti stamani? <input type="checkbox"/> Riposato <input type="checkbox"/> Stanco <input type="checkbox"/> Esausto	Quanto esercizio hai fatto nelle 24 ore prima dell'immersione? <input type="checkbox"/> Niente <input type="checkbox"/> Leggero <input type="checkbox"/> Moderato <input type="checkbox"/> Pesante	Hai bevuto alcolici ieri? <input type="checkbox"/> Sì <input type="checkbox"/> No
--	---	--

Posizione	Ambiente	Programma	Proposito	Dive Plan	Tabelle usate
<input type="checkbox"/> Spiaggia /Riva <input type="checkbox"/> Piccola barca <input type="checkbox"/> Barca a noleggio <input type="checkbox"/> Crociera <input type="checkbox"/> Altro:	<input type="checkbox"/> Oceano / Mare <input type="checkbox"/> Grotta / Caverna <input type="checkbox"/> Sotto ghiaccio <input type="checkbox"/> Altro:	<input type="checkbox"/> Ricreativo <input type="checkbox"/> Addestramento <input type="checkbox"/> Medico <input type="checkbox"/> Altro:	<input type="checkbox"/> Turismo <input type="checkbox"/> Studente <input type="checkbox"/> Ricerca <input type="checkbox"/> Fotografia <input type="checkbox"/> Altro:	<input type="checkbox"/> Computer <input type="checkbox"/> Tabelle <input type="checkbox"/> Niente <input type="checkbox"/> Altro sub <input type="checkbox"/> Altro:	<input type="checkbox"/> PADI <input type="checkbox"/> NAUI <input type="checkbox"/> US Navy <input type="checkbox"/> BSAC <input type="checkbox"/> Buehlmann <input type="checkbox"/> Altro:

FARMACI ASSUNTI OGGI	FARMACI ASSUNTI OGGI
Antistaminici Cortisonici Antibiotici Anti-depressivi Anti-epilettici Antiasmatici Contraccettivi Antipertensivi	Decongestionanti Antidiarroici Farmaci per il raffreddore / Influenza Farmaci per il cuore / circolazione Insulina Antidiabetici orali <input type="text"/> Antidolorifici (Aspirina) Altro: <input type="text"/>

INFORMAZIONI SULL'IMMERSIONE										
INTER. SUP.	ENTRATA	USCITA	TOT.	RNT	PROF. MAX	TEM. FON.	TEMP. ACQ. °C	TEMP. ARIA °C		
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>		

MISCELA DI FONDO	PRESSIONE PARZIALE DI OSSIGENO (Solo se non ti sei immerso ad aria)	GAS PER DECO	PRESS. INIZIALE
Aria Nitrox % <input type="text"/> Trimix: Heliox:	1.2 1.4 1.8 Altro: <input type="text"/>	Aria Nitrox % Ossigeno	<input type="text"/> PRESS. FINALE <input type="text"/>

TIPO DI MUTA	ATTREZZATURA	FONTE DI GAS	VISIBILITA'	CORRENTE	VOLUME BOMB.
<input type="checkbox"/> Muta umida <input type="checkbox"/> Muta stagna <input type="checkbox"/> Altro:	Scuba, Open Rebreather <input type="checkbox"/> Tecnica	<input type="checkbox"/> Bombola <input type="checkbox"/> Altro:	<input type="checkbox"/> > 10 mt <input type="checkbox"/> 3/10 mt <input type="checkbox"/> < 3 mt	<input type="checkbox"/> Niente <input type="checkbox"/> Leggera <input type="checkbox"/> Forte	<input type="text"/> ZAVORRA IN KG <input type="text"/>

PROBLEMI IN IMMERSIONE	PROBLEMI CON L'ATTREZZATURA	SFORZO FISICO IN IMMERSIONE	CONDIZIONE TERMICA	TIPO DI BOCCAGLIO
<input type="checkbox"/> Nessuno <input type="checkbox"/> Compensazione <input type="checkbox"/> Vertigini <input type="checkbox"/> Mal di mare <input type="checkbox"/> Aria esaurita <input type="checkbox"/> Assetto <input type="checkbox"/> Condiviso aria <input type="checkbox"/> Risalita rapida <input type="checkbox"/> Omissione di Deco <input type="checkbox"/> Mal di testa <input type="checkbox"/> Altro	<input type="checkbox"/> Nessuno <input type="checkbox"/> Maschera <input type="checkbox"/> Pinne <input type="checkbox"/> Zavorra <input type="checkbox"/> GAV <input type="checkbox"/> Protezione termica <input type="checkbox"/> Computer <input type="checkbox"/> Profondimetro <input type="checkbox"/> Erogatori <input type="checkbox"/> Boccaglio <input type="checkbox"/> Altro	<input type="checkbox"/> Riposato <input type="checkbox"/> Leggero <input type="checkbox"/> Pinne <input type="checkbox"/> Moderato <input type="checkbox"/> Severo <input type="checkbox"/> Estenuante	<input type="checkbox"/> Adeguata <input type="checkbox"/> Freddo <input type="checkbox"/> Molto freddo <input type="checkbox"/> Caldo	<input type="checkbox"/> Standard <input type="checkbox"/> Su misura, fatto dal Dentista <input type="checkbox"/> Altro
PROBLEMI RELATIVI AL BOCCAGLIO				
<input type="checkbox"/> Dolori e/o irritazioni gengivali <input type="checkbox"/> Dolore e/o affaticamento dei muscoli della bocca <input type="checkbox"/> Scricchiolii a livello dell'articolazione dentale <input type="checkbox"/> Dolori cervicali				

Scheda per il protocollo di studio

INFORMAZIONI DIABETE SOMMERSO

CEMIA CAPILLARE AI TEMPI:

pre-immersione			post-immersione	
-60 minuti	<input type="text"/>	<input type="text"/>	-30 minuti	<input type="text"/>
			-10 minuti	<input type="text"/>
			+15 minuti max	<input type="text"/>

ERVENTI CORRETTIVI EFFETTUATI IN FASE PRE-IMMERSIONE:

No
 Sì. Assunzione carboidrati
 Sì. Bolo extra di insulina s.c.

SODI IPOGLICEMICI MAGGIORI IN IMMERSIONE (chiedenti l'aiuto di terzi):

SÌ NO

SODI IPOGLICEMICI MINORI IN IMMERSIONE (stifi autonomamente con interruzione immersione):

SÌ NO

SODI IPOGLICEMICI MINORI IN IMMERSIONE (n determinanti l'interruzione dell'immersione):

SÌ NO

LORI IN IMMERSIONE NON DIRETTAMENTE COLLEGATI ALLA PATOLOGIA DIABETICA

SÌ NO

TIMA HBA1C DETERMINATA PRIMA DELL'IMMERSIONE (DCCT)

%

TIMA HBA1C DETERMINATA PRIMA DELL'IMMERSIONE (IFCC)

mmol/mol

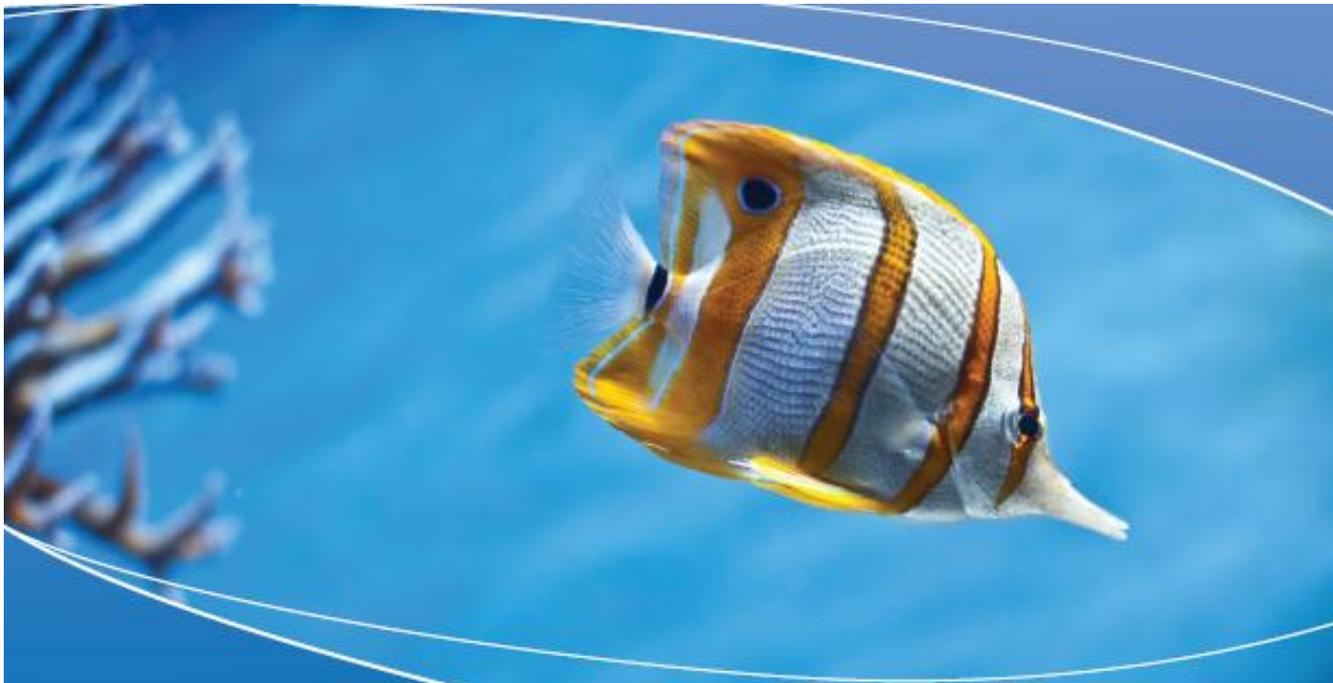
SODI IPOGLICEMICI CON GLICEMIA CAPILLARE <70mg/dl .A PRIMA MISURAZIONE POST-IMMERSIONE (anche in assenza di sintomatologia)

SÌ NO

Il progetto nato a Milano
nel 2004 si è esteso in
altre aree geografiche

32 diving center accreditati





DIABETE
SOMMERSO®

ASSOCIAZIONE
DIABETE SOMMERSO ONLUS

o/o Ospedale Niguarda Cà Granda
Piazza Ospedale Maggiore, 3
20162 Milano
Tel.: 3397500562
E-mail: diabetesommerso@gmail.com

Esci allo scoperto,
**immergiti
in sicurezza!**

Progetto in collaborazione con



DIABETE
SOMMERSO®

Associazione Diabete Sommerso Onlus
in collaborazione con
Progetto Atlantide – La Subbaqueria

Corso Sub – Open Water Diver per Persone con Diabete
11-18 Ottobre 2015 – Isola di Favignana (TP)

e per amici sub con diabete già brevettati,
Settimana Blu con lo staff diabete sommerso!

www.diabete-sommerso.org
diabetesommerso@gmail.com
339-7500562





















PROGETTO ATLANTIDE
LA SUBACQUEA
FAVIGNANA
altro che tropici...

CORSI
IMMERSIONI
SOLO X POCHI
ATLANTIDE:
un punto nel cerchio
di scuba diving
ESCURSIONI
NITROX
PACCHETTI
ORGANIZZIAMO
NOLEGGIO
VOLONTARI DIRIGI
I TUOI PASSI NELLA
FINE DEL VIAGGIO
MARE!

La Subacquea
PROGETTO ATLANTIDE
DIVING CENTER
INTERNATIONAL SCUBA DIVING SCHOOL
VIENI A TROVARCI!!!
SIAMO AL PORTICCIULO DI PUNTA LUNGA
SNORKELING
APERTO TUTTI I GIORNI

WETSUITS
DIVERS
DIVERS

Mano on head
Wristwatch
Shorts
Sunglasses

White tank top
Sunglasses
Sandals
Bag

Black t-shirt
Shorts
Sunglasses
Sandals

Black backpack
Water bottle

Flip-flops









Logbook

Date	Time	Source	Exclude	BG (mg/dL)	Meal	Medication	Exercise	Other
16/10/2014	18.00	Log sheet	<input type="checkbox"/>	214		✓		
16/10/2014	20.45	Log sheet	<input type="checkbox"/>	250	✓	✓		

Add new record

Date	Time (24 hour)	BG (mg/dL)	Meal	Medication	Exercise	Other
17/10/2014	17 . 18	81	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>
17/10/2014	12.51		<input type="checkbox"/>		✓	
17/10/2014	13.37		<input type="checkbox"/>			
17/10/2014	14.16		<input type="checkbox"/>		✓	



Obiettivi della cura

- Controllo glicemico il più vicino possibile alla norma
- Non ipoglicemie gravi
- Stabilità
- Prevenzione delle complicanze
- Qualità della vita

















