

Valdès Notizie

Periodico di aggiornamenti e notizie a cura del Laboratorio Analisi Valdès

GLICEMIA

Che cos'è e cosa misura

Il test misura la concentrazione di glucosio nel sangue.

Il glucosio è uno zucchero e rappresenta la principale risorsa di energia per l'organismo.

I suoi livelli nel sangue dipendono dall'equilibrio tra la quantità di zucchero introdotta con la dieta o derivante dalle riserve corporee, e la quantità che viene utilizzata dai vari tessuti (muscoli, cervello, eccetera).

Questo equilibrio è regolato da due ormoni: l'**insulina** e il **glucagone**.

La prima viene rilasciata subito dopo un pasto e consente di mantenere la glicemia entro valori normali, favorendo l'assunzione e l'immagazzinamento del glucosio nelle cellule.

Il secondo, invece, agisce tra un pasto e l'altro favorendo il rilascio di glucosio dal fegato quando i livelli nel sangue sono bassi.

Un'alterazione di questo sistema di regolazione può provocare condizioni di **ipoglicemia** (bassi livelli di glucosio nel sangue) o di **iperglicemia** (alti livelli di glucosio nel sangue), che possono essere anche fatali.

Per esempio, nel diabete, uno stato di iperglicemia cronica può portare a un danno progressivo di organi come reni, occhi, nervi, cuore e vasi.

L'ipoglicemia, invece, ha effetti gravi soprattutto sul sistema nervoso.

Quando e perché il test è indicato

L'esame serve a determinare se il glucosio nel sangue è nella norma o se sono presenti condizioni anomale di iperglicemia o ipoglicemia.

Può essere dunque utilizzato per fare una diagnosi di diabete. A questo scopo esso è indicato per le seguenti categorie:

1. individui apparentemente sani, come parte degli esami del sangue di routine;
2. persone a rischio di diabete: con una storia familiare di diabete, in sovrappeso, di età superiore ai 40-45 anni;

3. individui con sintomi di iperglicemia (aumentata sete, aumentata produzione di urine, fatica, visione sfuocata);

4. individui con sintomi di ipoglicemia: (sudorazione eccessiva, ansia, confusione, tremori, fame);

5. malati di diabete che devono tenere sotto controllo i livelli di glucosio anche diverse volte durante la giornata.

Come interpretare i risultati dell'esame

Elevati livelli di glucosio nel sangue sono di solito dovuti al diabete, ma possono essere causati anche da altre condizioni, quali: avvelenamento da monossido di carbonio (CO), obesità, tumori cerebrali, ictus cerebrale, infarto cardiaco, insufficienza renale cronica, ipertiroidismo, neoplasia del pancreas, pancreatite, sindrome di Cushing, stress, acromegalia, uso di alcuni farmaci (pillola anticoncezionale, diuretici e alcuni antidepressivi).

Valori inferiori a quelli ritenuti normali possono essere determinati da: eccessiva assunzione di alcol, cirrosi epatica, malattie epatiche croniche, digiuno o malnutrizione, ipotiroidismo, tumori del pancreas, tumori dell'ipofisi, sarcomi, uso di alcuni farmaci (betabloccanti, steroidi anabolizzanti), eccesso di insulina.

Valori di riferimento

Adulti: 70 - 105 mg/dl

Come si svolge l'esame

Si utilizza un campione di sangue prelevato dalla vena di un braccio. L'esame viene eseguito a digiuno, ad almeno 8-10 ore dall'ultimo pasto

Refertazione

Il referto può essere ritirato in giornata.



SINCERT



Laboratorio
Certificato
UNI EN ISO
9001:2000

Laboratorio Analisi Valdès
Via Gianturco 9
09125 Cagliari
Tel.070305919
www.laboratoriovaldes.it

Anno IX n°4
Aprile 2010

Laboratorio Valdès Prelievi a domicilio

Il Laboratorio Valdès esegue i prelievi a domicilio ormai da trent'anni.

Si può usufruire di tale servizio con o senza impegnativa: può bastare infatti solo la richiesta dello specialista o una richiesta dello stesso paziente.

Il costo del servizio è di 15 Euro.

Per prendere appuntamento si può telefonare negli orari di segreteria (7.30-13.00/16.00-18.00) e richiedere il prelievo per il giorno in cui si desidera eseguire l'analisi o prenotare on line dal sito www.laboratoriovaldes.it

In tal caso si verrà contattati telefonicamente o via e-mail dalla segreteria per la conferma della prenotazione.

Il ritiro del referto potrà avvenire anche on line o tramite servizio postale.

Laboratorio Valdès Referti on line

Il tuo referto comodamente a casa

Il Laboratorio Analisi Valdès, già dal 2004, ha organizzato un servizio che consente ai pazienti, che ne abbiano fatto richiesta, di ottenere i risultati degli esami comodamente su Internet.

Per attivare il servizio "Referti on line" bisogna farne richiesta al momento dell'accettazione.

Il referto sarà consultabile on line a partire dalla data indicata sul foglietto di ritiro referto, per i 24 mesi successivi.

Da casa il paziente entrerà nel sito www.laboratoriovaldes.it e cliccando sulla voce "ritira il tuo referto" potrà digitare il codice utente e la parola chiave evidenziando e stampando il proprio referto.

Il costo del servizio è di 50 centesimi.

L'EPISTASSI

La perdita di sangue dal naso (**epistassi**), in seguito alla rottura di uno dei piccoli vasi sanguigni presenti nel setto nasale è un evento abbastanza frequente.

Le cause sono molto spesso banali: un piccolo trauma, quale quello causato dal soffiare il naso troppo vigorosamente o dovuto all'abitudine, comune nei bambini, di infilare le dita nel naso; una infezione come il raffreddore o la sinusite; una eccessiva esposizione al sole, che essicca eccessivamente la parte interna del naso.

In alcuni casi la perdita di sangue dal naso è un segno dell'esistenza di un'altra malattia, come ad esempio una pressione del sangue eccessivamente alta, un disturbo dei meccanismi della coagulazione del sangue o una infezione.

Solo quando la perdita del sangue è elevata o si ripete con molta frequenza, il rischio è rappresentato dall'anemia.

Per cercare di controllare l'emorragia

bisogna comprimere dall'esterno la narice dalla quale esce il sangue per 5-10 minuti, tenendo il busto e la testa piegata in avanti per evitare l'ingestione di sangue. Non ripiegare mai la testa all'indietro né alzare le braccia al cielo.

Se la semplice pressione della narice non blocca la perdita di sangue, esercitare una pressione con le dita sulle ali del naso per almeno 5 - 10 minuti, applicando un po' di ghiaccio oppure un fazzoletto di cotone bagnato con acqua molto fredda alla radice del naso (la zona fra gli occhi).

Qualora il sanguinamento non si arresti neppure con queste ulteriori manovre è necessario contattare un medico.

Non bisogna mai introdurre nel naso garze o pezzi di cotone che legandosi ai coaguli potrebbero essere causa di nuove emorragie in seguito alla loro rimozione.

Nei giorni successivi, applicare una piccola quantità di vaselina bianca all'interno delle narici, in modo da evitare che la mucosa diventi troppo secca, fragile ed irritata.

In caso di episodi abbastanza frequenti può essere utile umidificare maggiormente l'ambiente in cui si vive, così come può essere utile dormire con la testa più sollevata del solito per diminuire la pressione del sangue sui vasi sanguigni della fronte e ridurre la secchezza della mucosa nasale tramite la frequente applicazione di soluzioni saline sterili.

E' bene evitare l'esposizione al caldo e al sole per alcuni giorni soprattutto se l'emorragia è stata indotta da questi fattori.

Non utilizzare farmaci contenenti aspirina nei giorni immediatamente successivi, perché l'aspirina può favorire il sanguinamento del naso.

Evitare nei giorni successivi sforzi troppo intensi, ma se ci si sente bene si può riprendere la normale attività.



LA FITOTERAPIA

La scoperta delle proprietà curative delle piante avviene, all'inizio, sicuramente in modo istintivo e casuale. L'uomo primitivo ritrova nella pianta il cibo e la medicina, avvalendosi di esperienze personali, anche negative. L'aspetto istintivo divenne razionale quando dalle osservazioni e dagli esperimenti si cercò di migliorare la qualità della vita umana. Lo stregone, che meglio di tutti conosceva la natura, era tenuto in particolare considerazione.

I più antichi documenti scritti relativi all'uso e alle proprietà dei medicinali e dei veleni appartengono alla **civiltà cinese**: tra questi è assai noto l'Erbario di Shên Nung (circa 2700 a. C.), che annovera 360 droghe.

Altri importanti documenti sono i **papiri egiziani** di Ebers e di Smith (ca. 1600 a. C.) che descrivono 160 droghe e piante medicamentose tra cui l'oppio, il giusquiamo e il ricino.

Gli egizi conoscevano più di 700 forme di medicinali, di natura sia vegetale che animale.

Importanti sono anche i libri sacri della **civiltà indiana** (1000-800 a. C.), che elencano oltre 800 droghe medicinali; alcune tavolette cuneiformi della **civiltà assiro-babilonese**, tra cui quella di Assurbanipal che menziona la belladonna, la canapa indiana, la coloquintide, l'oppio, la cassia, ecc. La stessa **Bibbia** ci tramanda l'uso, da parte degli ebrei, di alcune piante, come l'issopo e il cedro, per curare le malattie.

Il primo trattato sistematico di botanica farmaceutica, *De historia plantarum*, è del periodo greco e fu scritto da **Teofrasto**. Un testo di difficile lettura, in quanto i nomi delle 500 piante sono completamente diversi dagli attuali, anche se si basano sul tipo di fusto e sulla possibilità di coltivare o meno la specie vegetale.

Un celebre medico dell'antichità greca fu **Ippocrate** di Coa (460-377 circa a. C.) che, coi suoi aforismi, le sue ricette, i suoi metodi di dosaggio e le sue diete, influenzò il mondo romano e parte di quello medievale. Fu lui a classificare per la prima volta in modo organico 300 specie di piante medicinali.

Tra i più antichi orti o giardini botanici del mondo si ricordano quelli di Alessandria d'Egitto sotto i Tolomei (dal IV secolo a.C.) e quello istituito ad Atene, intorno al 340 a.C., a scopo di studio e per volontà di Aristotele, che ne affidò la gestione a Teofrasto, uno dei suoi discepoli.

Tuttavia le prime opere con carattere di veri trattati di *farmacognosia* e di *farmacoterapia* compaiono solo in epoca romana. In esse i farmaci non vengono più riportati sotto forma di semplici elenchi o in appendice alle malattie, come negli scritti di Ippocrate, ma secondo criteri sistematici e descrittivi riferenti all'uso, agli effetti utili o dannosi, al dosaggio, alle modalità di somministrazione, ecc.

Sin dal I sec. d.C., a Roma, era uso comune coltivare orti con piante medicinali. Tra le più significative opere di quest'epoca va ricordata l'assai importante opera in 5 volumi di **Pedanio Dioscoride Anazarbeo** (sec. I d.C.), *De materia medica*, che tratta tutta la conoscenza medica dell'epoca, inclusa quella relativa alle proprietà medicinali delle piante. Questa enciclopedia ebbe grandissima autorità in tutto il Medioevo, fin quasi al XVI sec.

Per la prima volta, inoltre, si tenta di classificare le piante non in ordine alfabetico ma secondo le loro affinità. Le descrizioni contenute in queste opere spesso erano fortemente influenzate da concezioni filosofiche, magiche e astrologiche.

(continua nel prossimo numero...)