

## Basta una camminata?

Scritto da Alberto Davalli  
Sabato 18 Luglio 2009 17:53

---

D:

Da cinque mesi circa sto prendendo januvia+metformina per evitare i picchi posr-prandiali. Tutto è andato bene all'inizio; poi la glicemia dopo due ore dal pasto, secondo sempre la dieta si è attestata sui 180-200 circa e per riportarla a 120-130 circa ho fatto una mezza ora di cammino. Cosa debbo fare? verificare il dosaggio della peptide c per vedere quale riserva di insulina ha ancora il mio pancreas? ed in caso negativo passare all'insulina o continuare così, introducendo dopo pranzo una mezz'ora di passeggiata?

aspetto una cortese risposta.

R:

Non è pensabile di fare una camminata di 30 minuti dopo ogni pasto per mantenere la glicemie postprandiale nei limiti considerati obiettivo di un buon controllo (a 2 ore dal pasto < di 140 mg/dl). Probabilmente alla terapia in atto è ora di associare un farmaco "secretagogo". In particolare mi sentirei di suggerirle la repaglinide. Ne discuta con il suo diabetologo.

Cordialità.

A. Davalli

Diabetologo - Endocrinologo  
Istituto Scientifico H San Raffaele  
Milano

## **Basta una camminata?**

Scritto da Alberto Davalli  
Sabato 18 Luglio 2009 17:53

---