



Behandling af risikofaktorer

Har du både type 2-diabetes og hjerte-kar-sygdom, skal du være ekstra opmærksom på risikofaktorerne. Undgå tobak og overvægt, få din daglige motion og spis sundt. Få gode råd i folderen "Vejen til hjertesund livsstil".

For at undgå alvorlige komplikationer er det vigtigt at få kontrolleret blodsukker, blodtryk, kolesterol og vægt regelmæssigt hos egen læge eller i diabetesambulatoriet.

- Langtidsblodsukkeret(HbA1c) bør ligge under 53 mmol/l, men målet fastlægges individuelt, sammen med din behandler
- LDL kolesterol bør ligge under 1,4 mmol/l
- Blodtrykket bør være mindre end 130/80 mmHg.

Desuden anbefales livslang blodfortyndende behandling med hjertemagnyl tabletter.

Ønsker du at vide mere

Gå gå ind på hjerteforeningen.dk eller diabetes.dk eller ring på Hjertelinjen 70 25 00 00.

Hjerteforeningen har omkring 130.000 medlemmer og flere tusinde frivillige i hele landet. Vi er en privat sygdomsbekæmpende organisation, der arbejder med forskning i hjerte-kar-sygdomme, forebyggelse og patientstøtte. Midlerne til vores arbejde stammer fra generøse bidrag doneret af danskerne, virksomheder og fonde.

RÅDGIVNING

På Hjertelinjen kan du få gratis og professionel rådgivning alle hverdage kl. 9-16. Hjertelinjen er åben for alle og alle henvendelser er velkomne. Kontakt Hjertelinjen på tlf. 70 25 00 00 eller via hjerteforeningen.dk

FRIVILLIG

Har du tid og lyst til at blive en del af vores fællesskab og give en hjælpende hånd til hjertesagen?

Kontakt os på tlf. 70 25 00 00 eller på frivillig@hjerteforeningen.dk. Du kan læse mere på frivillignet.hjerteforeningen.dk.

STØT HJERTESAGEN

På vegne af Danmarks mere end 500.000 hjerte-kar-patienter og deres pårørende er Hjerteforeningen taknemmelig for den livsvigtige økonomiske støtte. Hvis du vil bidrage, ring på tlf. 70 25 00 00 eller gå ind på hjerteforeningen.dk/stoet-os



Vognmagergade 7, 3. | 1120 København K
Tlf: 70 25 00 00 | post@hjerteforeningen.dk | www.hjerteforeningen.dk



Type 2-diabetes og hjerte-kar-sygdom



Type 2-diabetes og hjerte-kar-sygdom

Type 2-diabetes og hjerte-kar-sygdom hænger tæt sammen. Mange, som har type 2-diabetes, går rundt med en hjerte-kar-sygdom uden at vide det. Ligeledes går mange med hjerte-kar-sygdom rundt med en type 2-diabetes uden at vide det.

Type 2-diabetes

Ved type 2-diabetes er kroppens evne til at udnytte insulinet nedsat, og/eller den producerer ikke nok insulin.

Når vi spiser, omsættes maden til energi ved, at kroppen nedbryder madens kulhydrater til sukkerstoffer, som så optages i blodet. Sukkerstofferne er brændstof til alle kroppens celler og er med til at give os energi. Uden insulin kan sukkerstofferne ikke komme ind i cellerne og bliver derfor ude i blodbanen. Det giver forhøjet blodsukker.

Lægen stiller diagnosen type 2-diabetes på baggrund af en faste-blodsukker måling, langtidsblodsukker (HbA1c-måling) eller evt. en sukkerbelastningstest.

Læs mere om type 2-diabetes på diabetes.dk

Der findes flere typer diabetes. Denne folder fokuserer på type 2-diabetes og sammenhængen med hjerte-kar-sygdomme.

Årsag

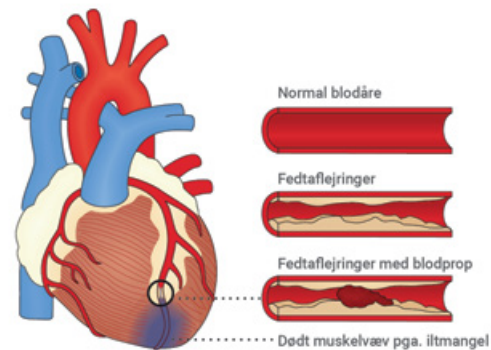
Flere og flere får i dag type 2-diabetes. Ofte skyldes det overvægt, mangel på motion og dårlige kostvaner. Det kan også være arveligt betinget.

Type 2-diabetes giver en øget risiko for åreforkalkning

Insulin regulerer kroppens blodsukker, men er også et vigtigt hormon på andre måder. Insulin er med til at kontrollere fedtstofskiftet, blodets størkningsevne og blodtrykket.

Når disse tre faktorer bliver forstyrret, øges risikoen for åreforkalkning og dermed risikoen for at få forsnævringer og blodprop i hjertets kranspulsårer.

Blodprop i hjertet



Mange med hjerte-kar-sygdom har diabetes uden at vide det.

Symptomer

Hvis du har type 2-diabetes, vil symptomer på hjerte-kar-sygdom ofte være slørede. Derved kan du gå rundt med en hjerte-kar-sygdom uden at vide det.

De hyppigste symptomer på hjerte-kar-sygdom

- Åndenød og generelt utilpashed
- Trykken for brystet
- Smerter i venstre arm eller begge arme

De hyppigste symptomer på type 2-diabetes

- Hyppige vandladninger og tørst
- Træthed og hovedpine
- Vekslende synsstyrke

Tal med din læge om at blive undersøgt for type 2-diabetes, hvis du har hjerte-kar-sygdom. Tal også med din læge om at blive undersøgt for hjerte-kar-sygdom, hvis du har type 2-diabetes.

