

5 fakta om diabetes type 2 og hjertesykdom

Hjerte- og karsykdom er den viktigste dødsårsaken hos personer med diabetes type 2.¹ Det er viktig å være oppmerksom på risikoen og gjøre seg kjent med relevante fakta om diabetes type 2 og hjerte- og karsykdom. I denne oversikten beskriver vi 5 viktige fakta. #AtTheHeartOfDiabetes

En kombinasjon av høyt blodsukker og høyt nivå av frie fettsyrer i blodet kan føre til utvikling av hjerte- og karsykdom ved endringer i blodårene. Karveggen kan bli fortykket og svekke blodgjennomstrømningen, noe som kan føre til hjerteproblemer og slag.¹

Det finnes tre typer hjerte- og karsykdommer:

- Koronar hjertesykdom (blodårene som forsyner hjertemuskelen)
- Cerebrovaskulær sykdom (blodårene som forsyner hjernen)
- Perifer arteriesykdom (blodårene som forsyner armer og bein)²



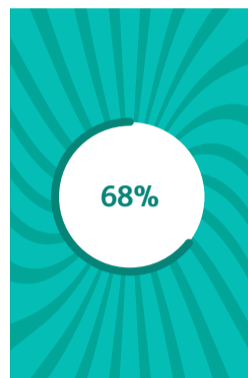
1: Hjerte- og karsykdom er den viktigste dødsårsaken hos personer med diabetes type 2.³

Også stress og dårlig søvnkvalitet har betydning for den økte prosentandelen av hjerte- og karsykdom ved diabetes type 2.³

Kjenner du noen som burde vite om dette?

2: Minst 68 % av personer med diabetes type 2 som er 65 år eller eldre, dør av hjertesykdom.⁴

Dette gjelder alle former for hjertesykdom. I tillegg dør 16 % av alle over 65 år med diabetes type 2 av slag. Det finnes flere faktorer som bidrar til å øke risikoen for hjerte- og karsykdom. Noen eksempler er overvekt, lite fysisk aktivitet, røyking, høyt blodtrykk og dårlig regulert blodsukker.⁴



Hva gjør du for å redusere risikoen for hjerte- og karsykdom?

3: Personer med diabetes type 2 har 2,5 ganger så stor risiko for å utvikle hjertesvikt som personer som ikke har diabetes.⁵

Ved hjertesvikt klarer ikke hjertet å pumpe tilstrekkelig blod rundt for å dekke kroppens energimessige behov.⁶ Insulinresistens og fedme er viktige risikofaktorer for hjertesvikt.⁷ Når personer med diabetes type 2 blir eldre, øker risikoen for å utvikle hjertesvikt i forhold til personer som ikke har diabetes type 2.⁵ I tillegg er risikoen for å dø som følge av hjerte- og karsykdom, større for personer med diabetes type 2 enn for personer som ikke har diabetes.^{8 9}



Visste du at diabetes type 2 gir 60-80 % større sannsynlighet for å dø som følge av hjerte- og karsykdom hos personer med etablert hjertesvikt?¹⁰

4: Hjerte- og karsykdom hos personer med diabetes type 2 reduserer forventet levealder med 12 år sammenlignet med personer uten diabetes.¹¹

Hos 60-åringene med diabetes type 2 og hjerte- og karsykdom er forventet levealder redusert med 12 år. En undersøkelse viste at kun 50 % av personer som er 45 år og eldre og har diabetes type 2, anerkjenner risikoen for hjerteinfarkt og slag. Den samme prosentandelen har aldri snakket om dette med legen sin.¹¹



Har du noen gang snakket om risikoen for hjerte- og karsykdom med legen din?

5: Kombinasjonen av diabetes type 2 og nyresykdom øker risikoen for hjerte- og karsykdom.¹²

De to viktigste årsakene til kronisk nyresykdom er diabetes type 2 og høyt blodtrykk. For høyt blodsukkernivå er vanlig hos personer med diabetes type 2. Dette kan oppstå i blodårene i hjertet og nyrene og forårsake skade. Nyre som er skadet, kan frigjøre for mye av hormonet renin, som bidrar til å regulere blodtrykket. Dette øker risikoen for hjerteinfarkt, kongestiv hjertesvikt og slag.¹²



Visste du at opptil 40 % av personer med diabetes type 2 vil utvikle nyresvikt?¹⁰

● **Lurer du på noe om diabetes type 2 og hjertesykdom?**

**Snakk med legen din.
#AtTheHeartOfDiabetes**

Kilder:

1. The Global Diabetes Community. Diabetes and Heart Disease. Available via www.diabetes.co.uk/diabetes-complications/heart-disease.html. Accessed July 12, 2019.
2. International Diabetes Federation. Cardiovascular disease. Available via www.idf.org/our-activities/care-prevention/cardiovascular-disease.html. Accessed July 12, 2019.
3. Joseph JJ, et al. Type 2 diabetes and cardiovascular disease: what next? *Curr Opin Endocrinol Diabetes Obes.* 2014;21(2):109-120.
4. American Heart Association. Cardiovascular Disease and Diabetes. Available via www.heart.org/en/health-topics/diabetes/why-diabetes-matters/cardiovascular-disease--diabetes. Accessed July 12, 2019.
5. Nichols GA, et al. The incidence of congestive heart failure in type 2 diabetes: an update. *Diabetes Care.* 2004 Aug;27(8):1879-84.
6. Coronel R, et al. Defining heart failure. *Cardiovasc Res.* 2001;50(4):19-422.
7. Ponikowski P, et al. 2016 ESC Guidelines for the diagnosis and treatment of acute and chronic heart failure.
8. Cubbon RM, et al. Diabetes mellitus is associated with adverse prognosis in chronic heart failure of ischaemic and non-ischaemic aetiology. *Diab Vasc Dis Res.* 2013 Jul;10(4):330-6.
9. MacDonald MR, et al. Impact of diabetes on outcomes in patients with low and preserved ejection fraction heart failure: an analysis of the Candesartan in Heart failure: Assessment of Reduction in Mortality and morbidity (CHARM) programme. *Eur Heart J.* 2008;29(11):1377-1385.
10. Scherthaner G, et al. SGLT2 inhibitors in T2D and associated comorbidities - differentiating within the class. *C Endocrine Disorders.* 2019;19:64.
11. American Heart Association. Know Diabetes by Heart. Available via <https://knowdiabetesbyheart.org/>. Accessed July 12, 2019.
12. American Kidney Fund. Heart disease & chronic kidney disease (CKD). Available via <http://www.kidneyfund.org/kidney-disease/chronic-kidney-disease-ckd/complications/heart-disease/>. Accessed July 12, 2019.