

Fem fakta om typ 2-diabetes och kardiovaskulär sjukdom

Kardiovaskulär sjukdom är en vanlig dödsorsak bland personer med typ 2-diabetes.¹ Därför är det viktigt att vara medveten om riskerna och känna till relevant fakta om typ 2-diabetes och kardiovaskulär sjukdom. I den här listan går vi igenom fem viktiga fakta. #AtTheHeartOfDiabetes

Kardiovaskulär sjukdom kan utvecklas vid kombination av höga blodsocker, blodfettnivåer och fria fettsyror i blodet. Detta kan förändra blodkärlens struktur. De kan bli tjockare och störa blodflödet, vilket kan leda till hjärtproblem och stroke.¹

Det finns tre typer av kardiovaskulära sjukdomar:

- kranskärslssjukdom (blodkärnen som försörjer hjärtmuskeln)
- cerebrovaskulär sjukdom (blodkärnen som försörjer hjärnan)
- perifer artärsjukdom (blodkärnen som försörjer armar och ben)².



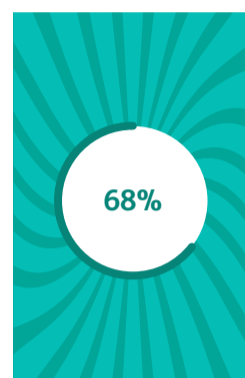
1: Kardiovaskulär sjukdom och typ 2-diabetes.

Kardiovaskulär sjukdom är en vanlig dödsorsak bland personer med typ 2-diabetes. Viktiga bidragande faktorer till den ökande andelen kardiovaskulär sjukdom hos patienter med typ 2-diabetes, är stress och dålig sömnkvalitet.³

Visste du det ?, eller vet du någon som borde känna till det?

2: Typ 2-diabetes och kardiovaskulär sjukdom bland 65+.

Minst 68% av personer med typ 2-diabetes som är 65 år eller äldre dör av kardiovaskulär sjukdom. Detta avser alla former av kardiovaskulär sjukdom.⁴ Det finns vissa förhållanden som ökar risken för att utveckla kardiovaskulär sjukdom. Exempel på sådant är fetma, brist på fysisk aktivitet, rökning, högt blodtryck och dåligt kontrollerat blodsocker.⁴



Vad gör du för att minska risken för kardiovaskulär sjukdom?



3: Typ 2-diabetes och hjärtsvikt.

Personer med typ 2-diabetes är 2,5 gånger mer benägna att få hjärtsvikt än personer som inte har typ 2-diabetes.⁵ Hjärtsvikt innebär att hjärtat inte kan pumpa tillräckligt med blod för att tillfredsställa de metabola behoven i kroppens vävnader.⁶ Framträdande riskfaktorer för att utveckla hjärtsvikt är fetma och när kroppen inte svarar adekvat på det kroppsegna insulinet.⁷ Med stigande ålder löper personer med typ 2-diabetes större risk för att få hjärtsvikt jämfört med personer som inte har typ 2-diabetes.⁵ Dessutom är risken för att dö på grund av kardiovaskulär sjukdom större för personer som har både typ 2-diabetes och hjärtsvikt, än för personer utan diabetes.^{8, 9}

Visste du att typ 2-diabetes medför 60-80 % ökad sannolikhet för kardiovaskulär död för de som har etablerad hjärtsvikt?¹⁰

4: Diskutera kardiovaskulär risk.

Kardiovaskulär sjukdom hos personer med typ 2-diabetes minskade den förväntade livslängden med 12 år.¹¹ Livslängden för personer som är 60 år och har både typ 2-diabetes och kardiovaskulär sjukdom är förkortad med 12 år. En undersökning visade att endast 50 % av personer över 45 år med typ 2-diabetes känner till sina riskfaktorer för hjärtinfarkt och stroke. Samma procentandel har aldrig diskuterat detta med vårdpersonal.¹¹



Har du någonsin diskuterat risken för kardiovaskulär sjukdom med din vårdpersonal/vårdkontakt?



5: Typ 2-diabetes och njursjukdom.

Typ 2-diabetes i kombination med njursjukdom ökar risken för kardiovaskulär sjukdom.¹² De två främsta orsakerna till kronisk njursjukdom är typ 2-diabetes och högt blodtryck. Det är vanligt med alltför för mycket socker i blodet hos personer som har typ 2-diabetes, vilket kan ha skadlig inverkan på njurarna. Detta kan i sin tur leda till att blodtrycket stiger vilket ökar risken för hjärtinfarkt, hjärtsvikt och stroke.¹²

Visste du att upp till 40 % av personer med typ 2-diabetes får njursjukdom?¹⁰

● **Undrar du över något som gäller typ 2-diabetes och kardiovaskulär sjukdom?**
Tveka inte, utan tala med din vårdpersonal/vårdkontakt.

#AtTheHeartOfDiabetes

Källor:

1. The Global Diabetes Community. Diabetes and Heart Disease. Tillgänglig via www.diabetes.co.uk/diabetes-complications/heart-disease.html. Besökt den 12 juli 2019.

2. International Diabetes Federation. Cardiovascular disease. Tillgänglig via www.idf.org/our-activities/care-prevention/cardiovascular-disease.html. Besökt den 12 juli 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. Tillgänglig via www.heart.org/en/health-topics/diabetes/why-diabetes-matters/cardiovascular-disease--diabetes. Besökt den 12 juli 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. Tillgänglig via <https://knowdiabetesbyheart.org/>. Besökt den 12 juli 2019.

12. American Kidney Fund. Heart disease & chronic kidney disease (CKD). Tillgänglig via <http://www.kidneyfund.org/kidney-disease/chronic-kidney-disease-ckd/complications/heart-disease/>. Besökt den 12 juli 2019.