

#AtTheHeartOfDiabetes

Komplikationer som till exempel hjärt-kärlsjukdom

I det här faktabladet hittar du information om komplikationer vid typ 2-diabetes. Vill du veta mer om ämnet eller få användbara livsstilsråd? Klicka på knapparna "Läs mer"!



FAKTA: FOTKOMPLIKATIONER

För personer med typ 2-diabetes är det särskilt viktigt att ta väl hand om sina fötter. Typ 2-diabetes innebär ökad risk för fotskador eftersom man kanske inte känner när skadan uppstår.¹

Läs mer

TIPS: SLUTA RÖKA

Rökare har 30–40% högre risk att drabbas av typ 2-diabetes än icke-rökare. Är du rökare och har du diabetes? I så fall har du förhöjd risk för komplikationer som hjärt- och njursjukdom.²

Läs mer



FAKTA: HJÄRT-KÄRLSJUKDOM ÄR DEN FRÄMSTA DÖDSORSAKEN VID TYP 2-DIABETES³

Viktiga faktorer som ytterligare ökar hjärt-kärlrisken vid typ 2-diabetes är stress och dålig sömn.³

Läs mer

TIPS: MINSKA PÅ STRESSEN

Stress är inte bra för någon och särskilt inte för den som lever med diabetes. Det medför ökad risk för hypertoni, som är en viktig orsak till hjärt-kärlsjukdom. Hit räknas bland annat sjukdomar i hjärtats kranskärl och stroke.⁴ Det är mycket viktigt att minska på stressen för den som lever med typ 2-diabetes.⁵

Läs mer



Delta i vår konversation på Facebook
#AtTheHeartOfDiabetes

Källor:

(1) The Global Diabetes Community, (n.d.-b), Foot Problems and Causes. Tillgänglig via <https://www.diabetes.co.uk/foot-care/foot-problems.html>. Besökt 28 juni 2019.

(2) Centers for Disease Control and Prevention. (2018b, 23 april). Smoking and Diabetes. Tillgänglig via <https://www.cdc.gov/tobacco/campaign/tips/diseases/diabetes.html>. Besökt 1 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) Kjeldsen SE. Hypertension and cardiovascular risk: General aspects *Pharmacol Res.* 2018 Mar;129:9599.

(5) The Global Diabetes Community, Diabetes and Stress. Tillgänglig via www.diabetes.co.uk/diabetes-destress.html. Besökt 12 juli 2019.