

Влияние диабета на сердце и сосуды

Сахарный диабет является весомым и независимым фактором риска ишемической болезни сердца. Почти в 90% случаев сахарный диабет бывает инсулиннезависимым (сахарный диабет 2-го типа).



Консультирует ведущая кардиологическим отделением поликлиники ГУЗ «Городская больница №13 г. Тулы» Елена Николаевна Мельникова.

Сахарный диабет и сердечно-сосудистые заболевания представляют две стороны одной медали. Частой причиной смерти у больных, страдающих сахарным диабетом, является коронарная болезнь сердца. Риск развития сердечно-сосудистых заболеваний у мужчин с сахарным диабетом в 2-3 раза, а у женщин в 3-5 раз выше, чем у лиц без нарушения углеводного обмена.

Снизить уровень смертности от ИБС у больного сахарным диабетом пока не удается ни в одной стране мира. Внезапная смертность при сахарном диабете у мужчин развивается на 50%, а у женщин на 30% чаще, чем у пациентов без сахарного диабета.

Застойная сердечная недостаточность у больных сахарным диабетом в 3 раза чаще по сравнению с пациентами без СД. При этом развитие тяжелых осложнений (ИБС, инфаркт миокарда или недостаточность кровообращения) отмечается уже при постановке диагноза ИБС. Смертность среди больных сахарным диабетом, перенесших инфаркт миокарда в 1,5 – 2,5 раза выше, чем у лиц без сахарного диабета.

Пациентам, страдающим ИБС и СД, надо наблюдаться и у кардиолога, и у эндокринолога.

ОСНОВНЫЕ РИСКИ

Поражение сердца при сахарном диабете наблюдается у многих пациентов.



Приблизительно у половины пациентов развивается инфаркт. Более того, при диабете эта болезнь возникает у лиц сравнительно молодого возраста.

Нарушения в работе сердца, боль связаны прежде всего с тем, что большое количество сахара в организме приводит к откладыванию на стенках сосудов холестерина. Наблюдается постепенное сужение сосудистого просвета. Так развивается атеросклероз.

Под влиянием атеросклероза у больного формируется ишемическая болезнь сердца. Больных часто беспокоит боль в сердце. Кровь становится гуще, поэтому существует повышенный риск образования тромбов.

У больных диабетом чаще повышается артериальное давление. Оно вызывает осложнения после инфаркта миокарда, самые распространенные из которых – формирование аневризмы, нарастание признаков сердечной недостаточности. Увеличивается и риск повторных инфарктов.

«ДИАБЕТИЧЕСКОЕ СЕРДЦЕ»

Диабетическая кардиопатия – это состояние дисфункции сердечной мышцы у пациентов с диабетом. Часто заболевание не имеет выраженных симптомов, а пациент чувствует только ноющую боль. Также может возникать боль в сердце, связанная с физическими нагрузками, могут нарастать отеки и одышка. Иногда пациентов беспокоит боль, не имеющая четкой локализации.

У молодых лиц диабетическая кардиопатия часто протекает без выраженных симптомов.

ФАКТОРЫ РИСКА

- ✓ Если среди родных страдающего сахарным диабетом у кого-то отмечен инфаркт.
- ✓ При повышенной массе тела.
- ✓ Если увеличена окружность талии, центральное ожирение, которое возникает в результате повышения количества холестерина в крови.
- ✓ Рост уровня триглицеридов в крови.
- ✓ Частое повышение артериального давления.

- ✓ Курение.
- ✓ Употребление большого количества алкогольных напитков.

ЛЕЧЕНИЕ

Целью лечения любого нарушения деятельности сердца является максимальное приведение ее показателей к физиологической норме. Это способно продлить жизнь пациенту и снизить риск дальнейших осложнений.

Выбор метода зависит от тяжести заболевания. Подходы включают:

- ✓ терапию аспирином для снижения риска образования тромбов, которые могут привести к развитию сердечного приступа и инсульта;
- ✓ диету, прием статинов;
- ✓ физические упражнения не только для снижения веса, но и для улучшения уровня сахара крови, снижения артериального давления, уровня холестерина и уменьшения количества абдоминального жира, который является фактором риска развития заболеваний сердца;
- ✓ лекарственные средства;
- ✓ хирургическое лечение.

ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ?

Чтобы контролировать ситуацию, надо тщательно следить за состоянием своего здоровья. Здесь придется соблюдать кое-какие правила.

- ✓ Необходимо пройти медицинский осмотр и регулярно посещать врача, чтобы вовремя заметить возникающие, пусть и незначительные, проблемы, которые потом могут вырасти. Например, артериальное давление, уровень сахара и уровень холестерина в крови – все эти показатели нужно регулярно проверять.
- ✓ Необходимо отказаться от курения.
- ✓ В питании нужно ограничить себя в употреблении жиров и соли. Это нужно для стабилизации кровяного давления и уровня холестерина. Предпочтение должно отдаваться нежирным сортам мяса, нежирным молочным и кисломолочным продуктам, цельным злакам, свежим овощам и фруктам. Уровень холестерина в рационе должен быть не более 300 мг ежедневно. Кроме того, надо уменьшить потребление обработанных продуктов питания.
- ✓ Необходимо сделать А1С тест, который позволяет измерить уровень сахара за последнее время. Уровень глюкозы должен быть ниже 7%.
- ✓ Предпринимайте эти шаги чем раньше, тем лучше.

Лиц. 71-01-00358 выд. 13.12.07 Выд. деп. здрав. ТО
ООО ЦОП
«ДОВЕРИЕ»
УЛ. Ф. ЭНГЕЛЬСА, 137,
Тел. (4872) 36-33-20
ВРАЧ ПСИХИАТР-НАРКОЛОГ
СКРЫЛЬКОВ
Иван Дмитриевич
НАРКОЛОГИЯ
(АЛКОГОЛИЗМ, ТАБАКОКУРЕНИЕ)
ЛИШНИЙ ВЕС
Анонимно
Часы приема:
пн., вт., чт., пт. - с 9.00 до 15.00,
начало сеанса: 10.00, 13.00,
сб., вс. - с 8.00 до 12.00,
среда - выходной.
Предварительная беседа с врачом (бесплатно)
с 14.30 до 15.00, по будням.
О ПРОТИВПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

ПОДАРИ СЕРДЦУ ЗДОРОВЬЕ!
Медицинская кардиологическая помощь при:
сердечно-сосудистых заболеваниях, ишемической болезни сердца,
инфарктах, гипертонии, нарушениях сердечного ритма и др.

- ✓ Кабинет по проверке работы электрокардиостимуляторов
- ✓ Отделение кардиологии (комфортабельные двухместные палаты)
- ✓ Отделение функциональной диагностики (мониторинг артериального давления, состояния сосудов)
- ✓ Отделение рентгенохирургии
- ✓ Отделение ультразвуковой диагностики

Кардиоцентр: Вeneвское ш., 21, т. (4872) 40-47-37
Поликлиника: г. Тула, Вeneвское шоссе, 1.
телефон «горячей линии» 8-915-789-31-96
т. (4872) 46-51-17 www.tulagb13.ru

О ПРОТИВПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

О ПРОТИВПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА