

Hjärta, kärl och njurar vid typ 2-diabetes

Typ 2-diabetes påverkar mer än blodsockret. Risken för hjärt-kärlsjukdom och njursjukdom är högre än hos personer utan diabetes. Samtidigt finns mycket som går att påverka. Med rätt stöd, behandling och levnadsvanor kan flera riskfaktorer förbättras samtidigt. Kunskap om hur olika riskfaktorer hänger ihop kan hjälpa dig att förstå din behandling bättre och ge stöd i samtal med vården om vad som är viktigast för just dig.

Förhöjt blodsocker

Vid typ 2-diabetes har kroppen svårt att reglera blodsockret. Om nivåerna är förhöjda under lång tid kan blodkärlen påverkas.

Ökad risk för skador på blodkärlen

Skador på blodkärlen utvecklas ofta gradvis över tid och kan bidra till ökad risk för hjärtinfarkt och stroke.

Högt blodtryck

Risken för högt blodtryck påverkas av flera faktorer, bland annat ärftlighet, ålder, levnadsvanor, kroppsvikt, stress och alkoholvanor.

Ökad belastning på hjärtat

Ett ihållande högt blodtryck belastar hjärta, kärl och njurar.

Högt LDL-kolesterol

LDL-kolesterol påverkas bland annat av ärftlighet, kost och kroppsvikt. Höga nivåer kan bidra till förändringar i blodkärlen.

Risk för åderförkalkning

Fett och kolesterol kan lagras i blodkärlens väggar och bilda plack som gör kärlen trängre.

Låg fysisk aktivitet

Regelbunden fysisk aktivitet kan bidra till bättre blodtryck, blodsocker och blodfetter. Även små mängder rörelse gör skillnad.

Ökad risk för hjärt-kärlsjukdom

Låg fysisk aktivitet kan tillsammans med andra riskfaktorer öka den samlade risken för hjärt-kärlsjukdom.

Nedsatt njurfunktion

Typ 2-diabetes och högt blodtryck kan över tid påverka njurarna. Njurpåverkan ger ofta inga tydliga symtom i början.

Hjärta och njurar hänger ihop.



Här finner du fler stödjande och informerande material och broschyrer.