



Sådan udvikler en blodprop sig

Diabetes øger risikoen for åreforkalkning og dermed for blodpropper i hjerte og hjerne. Læs her hvordan og hvad du selv kan gøre for at undgå hjerte-kar-sygdom.

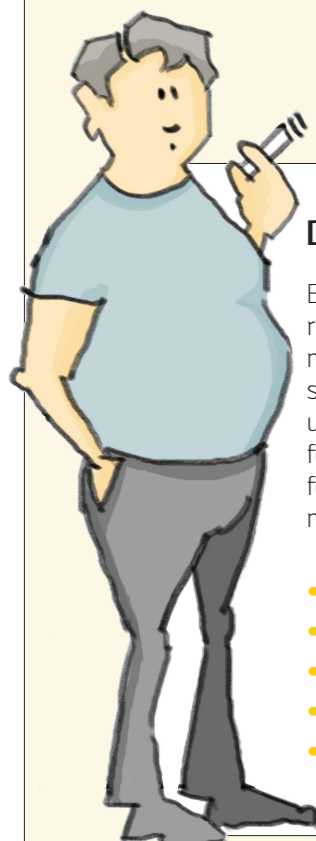
Tekst: Jacob Gyldenløve Aaen / Grafik: Rie Lynggaard Topp

1

Diabetes øger risikoen for blodpropper

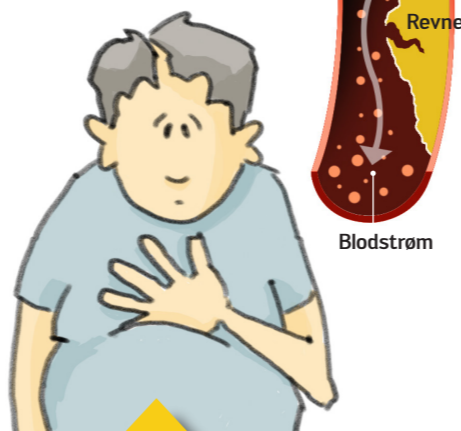
En person med type 1- eller type 2-diabetes har en øget risiko for at få en blodprop i hjertet eller i hjernen sammenlignet med en, der ikke har diabetes – selv når man ser bort fra de kendte risikofaktorer. Hvorfor er endnu uvist, men nedsat insulinfølsomhed (især karakteristisk for type 2-diabetes) og højt blodsukker kan være en del af forklaringen. De kendte risikofaktorer, der gælder for alle mennesker:

- Højt blodtryk
- Højt kolesteroltal
- Rygning
- Høj alder
- Hjerte-kar-sygdom i familien

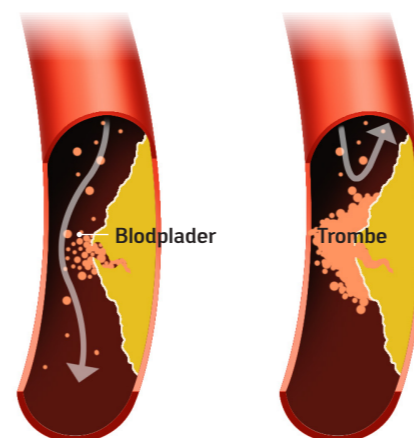


Blodprop

1. Over tid er der risiko for, at der opstår en rift/revne i det aflejrede plak.

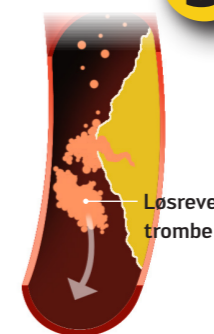


2. Kroppen vil forsøge at reparere riften ved, at blodpladerne i blodet klæber til skaden – en såkaldt trombe.



3. Tromben kan vokse i størrelse, indtil den blokerer blodstrømmen fuldstændig og udløser en blodprop.

4. En del af tromben kan også rive sig løs og sætte sig et andet sted. Hvis man for eksempel har en for-kalkning i halskarrene, kan tromben ryge til hjernen, sætte sig fast og dermed give en blodprop.



3

Symptomer på åreforkalkning

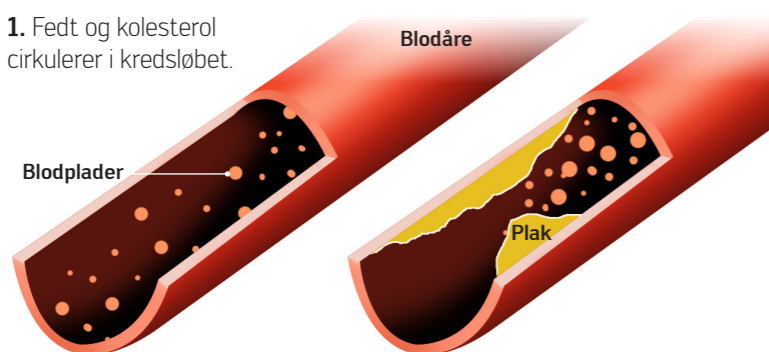
- Trykken for brystet (angina)
- Åndenød
- Smerter i benene ved gang (claudicatio)

I mange tilfælde har man dog ingen symptomer på åreforkalkning.



Åreforkalkning Fedt og kolesterol aflejres i pulsårerne

1. Fedt og kolesterol cirkulerer i kredsløbet.



2. Med tiden kan fedt og kolesterol aflejres i pulsårerne, der fører blodet fra hjertet ud i kroppens mindre blodårer. Disse aflejringer kaldes også plak. De kan også opstå i kranspulsårerne, der forsyner selve hjertemuskulaturen med iltholdigt blod. Plak aflejres på indersiden af pulsårerne, der med tiden bliver forsnævret og mindre fleksible. Strømmen af iltet blod inde i karret reduceres.

2

Hvad kan du selv gøre?

Få kontrolleret blodtryk og kolesteroltal hos din læge

– og få behandling, hvis du ligger for højt

Lad være med at ryge

Undgå fed mad

Dyrk motion

Hjerte-kar-sygdom er en tungtvejende årsag til, at middellevetiden for mennesker med diabetes er lavere end for mennesker uden diabetes. I dag haler diabetikere dog kraftigt ind på baggrundsbeholdningen, når det gælder levetid, og det skyldes blandt andet intensiv behandling for blodtryk og kolesterol.

God blodsukkerregulering er også vigtigt – men først og fremmest for at forebygge følgesygdomme til diabetes i øjne, nyrer og nerver.

