

糖尿病と心不全を理解する



心不全とは、心臓の筋肉が弱まり、体全体に十分な血液を送り出すことができなくなる状態のことです。

糖尿病を患っている人は、心不全を発症するリスクが高くなります。

注意すべき症状

心不全の症状には以下のようなものがあります。

-  息切れ
-  脱力感(からだに力が入らない)
-  吐き気
-  心拍が速いまたは不規則
-  ピンクがかった痰を伴う咳
-  倦怠感
-  足と足首の腫れ
(体液貯留による)



早期診断と治療は、心不全の症状を管理するのに役立ちます。

医師は、心不全の診断にあたり、診察、血液検査、心臓画像検査などを行う場合があります。



健康な心臓をサポートする方法



- 毎日運動をしましょう。
- 塩分(ナトリウム)の少ない食品を選びましょう。
- 体重管理。
- 喫煙、電子タバコの使用をやめましょう。

糖尿病を抱えながら心臓の健康を維持する方法や、治療計画が心不全の管理や健康目標の達成にどのように役立つかについて、医療チームと話し合ってください。

