

# 糖尿病性心臟病

糖尿病性心臟病，又稱「糖心病」或「糖尿心」是指患有糖尿病的人同時患有心臟病。糖尿病患比沒有糖尿病的人更有可能患上心臟病或中風，而且可能在年輕時就開始出現這些問題。

文 / 郭志東

國泰綜合醫院心血管中心主治醫師



隨著病情的進展，糖尿病引起的高血糖效應可能包括損害心臟血管和神經。這種損害增加患上心臟疾病的風險，包括冠狀動脈疾病、心臟衰竭、心肌病變等等。

比較容易患上糖尿病心臟病的高風險族群包括有高血壓、膽固醇異常、肥胖、吸菸，以及有家族心臟病史和患有慢性腎病的人。此外，男性、吸菸者、肥胖者、即使體重正常但腹部脂肪過多的人（男性腰圍超過90公分，女性超過80公分），以及有家族心臟病史和患有慢性腎病的人，患上心臟病的風險也更高。

在早期階段，心臟病不一定會出現症狀。但隨著病情惡化，就可能會出現症狀。而症狀將取決於罹患心臟病的類型，比較常見的症狀包括呼吸困難、疲勞、頭暈或昏倒、心律不整、腳踝浮腫、胸痛等。

值得注意的是，當患有糖尿病的人出現血管堵塞時，可能感受不到胸痛。這是因為

糖尿病可能會影響心臟的神經。糖尿病患者的非典型心臟病症狀包括呼吸困難、心悸等。使臨床上的診斷變得困難。

為了早期診斷糖尿病性心臟病，醫師通常要十分了解患者的醫療史，包括症狀和其他可能有關的健康狀況和過去病史等。家族病史，也十分重要，尤其是早發性的冠狀動脈疾病。

身體檢查包括血壓、脈搏、水腫、心臟雜音等等都可以讓醫師更了解患者的情形。而血液檢查包括膽固醇、三酸甘油酯和血糖水平當然也是十分重要。

要預防糖尿病心臟病最重要是要控制好血糖水平，而血壓和膽固醇的定期檢查也是關鍵之一。健康的飲食、理想的體重、適當的運動和良好的睡眠絕對是糖尿病患守護心臟健康的最佳夥伴。